NGUYỄN THANH HẢI



DẠY CON TUỔI TEEN DỄ ỢT





Sống

NHÀ XUẤT BẢN THANH NIÊN

Mục lục

Lời nói đầu

Tôi phải làm sao? Con tôi phải làm sao? Tôi nên làm gì? Tại sao lại thế?

Nếu bạn là một ông bố bà mẹ quan tâm và yêu thương con cái, thì chắc rằng trong hành trình của mình, đã rất rất nhiều lần, bạn phải đối mặt với những câu hỏi. Bạn chất vấn bản thân mình, chất vấn con và chất vấn cả những người xung quanh. Cùng với niềm vui khi con dần trưởng thành, những ông bố bà mẹ luôn phải đối diện với các "tình huống" mới mà đôi khi những kinh nghiệm cũ chẳng giúp ích gì cho chúng ta.

Sau thời kỳ khủng hoảng tuổi lên ba, con vào lớp 1, rất nhanh chóng các ông bố bà mẹ sẽ cùng con bước vào giai đoạn khó khăn nhất – tuổi dậy thì – lúc này, chúng ta không chỉ phải dắt tay con vượt qua chính mình mà còn đưa con vào những vùng trời ngoài kia, tình bạn, tình yêu và vô số các mối quan hệ xã hội, những xung đột, đứt gãy và tổn thương để trưởng thành. Và có khá nhiều ông bố bà mẹ cảm thấy như "mất con", có khá nhiều ông bố bà mẹ cảm thấy bất lực, có khá nhiều hoang mang và tự vấn…

Thạc sĩ Nguyễn Thanh Hải đã viết Dạy con tuổi teen dễ ợt bằng tâm thế và trải nghiệm của một bà mẹ yêu con cùng với sự hiểu biết khoa học. Với cách trình bày ngắn gọn, giản dị, cuốn sách được chia thành 5 phần với 70 câu hỏi - 70 tình huống, 70 khó khăn. Giống như cuốn cẩm nang tra cứu hữu ích mà tác giả rất dụng công ngay từ phần thiết lập những nguyên tắc đầu tiên, cuốn sách sẽ giúp người đọc vượt qua tuổi dậy thì cùng con một cách nhẹ nhàng, thấu đạt. Ở đây, tác giả đã nỗ lực chỉ đường vạch lối cho người đọc trong tất cả các tình huống, từ tình huống phổ biến đến tình huống hiếm gặp; và dù bạn đang trong hoàn cảnh nào, là ông bố bà mẹ đang có gia đình viên mãn hay đang cố gắng an nhiên với tình trạng đơn thân, thì những chia sẻ và con đường của chị Thanh Hải cũng

là ánh sáng giúp bạn có định hướng và lựa chọn đúng đắn cho hành trình cùng con yêu của mình.

Chúng tôi thực sự trân quý những người luôn chia sẻ và nỗ lực làm cho cộng đồng tốt hơn; đặc biệt lại chia sẻ bằng một cuốn sách dày dặn, đáng yêu và cẩn trọng! Những thông điệp và chỉ dẫn trong cuốn sách này sẽ giúp cho những người làm cha làm mẹ buông bỏ được hoang mang và rối loạn, vững tâm hơn trên con đường của mình!

TS. DIÊU LAN PHƯƠNG

Lời giới thiệu

Gia đình là môi trường xã hội hóa đầu tiên của trẻ. Cha mẹ là những người gắn bó suốt đời, người dành thời gian nhiều nhất và có vai trò quan trọng không thể thay thế trong cuộc đời mỗi đứa trẻ. Vì vậy, hành vi ứng xử của cha mẹ hàng ngày sẽ là hình mẫu góp phần xây dựng những nét nhân cách tích cực hoặc ngược lại, sẽ tạo ra những nét nhân cách tiêu cực ở các em.

Cuốn sách Dạy con tuổi teen dễ ợt của Nguyễn Thanh Hải có thể được xem như một cẩm nang tra cứu cách ứng xử cho cha mẹ trước những vấn đề của con cái ở tuổi “ô mai” nhiều rắc rối, một chiến lược giúp các con có một sức khoẻ tinh thần lành mạnh và tối đa hoá tiềm năng của mình.

Được đúc rút từ kinh nghiệm của một người mẹ nuôi con tuổi teen, chia sẻ của tác giả được cấu trúc theo dạng hỏi đáp về những quan ngại thường gặp của các bậc phụ huynh khiến bất kỳ ai cũng phải mỉm cười vì thấy những câu chuyện của chính gia đình mình trong đó.

Quan điểm nuôi dạy con được thể hiện xuyên suốt trong những dòng chia sẻ của tác giả là phong cách làm cha mẹ dân chủ, khuyến khích những hành vi thể hiện sự ấm áp và cảm xúc tích cực với trẻ, đưa ra những nguyên tắc trong gia đình một cách nhất quán và phù hợp với lứa tuổi trên cơ sở trao đổi thảo luận, tôn trọng và khuyến khích sự tự chủ của trẻ, dành thời gian đồng hành và thấu hiểu con trẻ. Những quan điểm làm cha mẹ tích cực như vậy đã được nhiều nghiên cứu chứng minh về tính hiệu quả.

Độc giả sẽ đồng hành với tác giả qua 70 câu hỏi, từ những băn khoăn chung về vấn đề làm sao để nuôi dạy con tốt đến những băn khoăn cụ thể về phong cách sống của con, về mối quan hệ giữa các thành viên trong gia đình, hay những thắc mắc về tình bạn, tình yêu, học tập và định hướng nghề nghiệp cho con. Sau mỗi câu hỏi là

những gợi ý cụ thể định hướng hành vi ứng xử cho cha mẹ. Những gợi ý này không chỉ hướng dẫn cha mẹ dạy con hình thành kỹ năng và còn giúp con hình thành những giá trị sống cơ bản như yêu thương, trung thực, trách nhiệm, hợp tác.... Vì vậy, chúng không chỉ giúp giải quyết những vướng mắc trong hiện tại của con trẻ mà còn có tác dụng phòng ngừa những vấn đề tiêu cực có thể xảy ra trong tương lai.

Đừng cầm sách lên đọc một lèo cho xong. Hãy nhìn qua mục lục, chọn ra câu hỏi mà bạn quan tâm nhất để đọc và suy ngẫm, rồi sang một câu hỏi khác. Tôi tin cuốn sách sẽ đồng hành với bạn đọc trong một thời gian dài./.

PGS. TS Tâm lý học lâm sàng **TRẦN THÀNH NAM**

Chủ nhiệm Khoa Các Khoa học Giáo dục – Trường Đại học Giáo dục, ĐHQGHN

Nguyên tắc chung để giải quyết các vấn đề của tuổi teen

Tuổi teen hay còn gọi là tuổi dậy thì – là bước ngoặt trong cuộc đời của mỗi người. Ở độ tuổi này, con có sự thay đổi rất lớn về tâm sinh lý, con đã biết thể hiện cái tôi của mình. Vì thế trong cuộc sống nảy sinh rất nhiều vấn đề khiến bố mẹ đau đầu, bối rối không biết nên xử sự thế nào cho đúng.

Cho dù mỗi rắc rối, mỗi câu chuyện của con có những nguyên nhân cụ thể và giải pháp khác nhau, nhưng rốt cuộc vẫn có những nguyên tắc chung giúp bố mẹ có cách cư xử phù hợp để giúp con ngày một trưởng thành hơn.

Tôn trọng con

Khi con bước vào giai đoạn tuổi dậy thì, con đang dần hình thành nhân cách độc lập, không còn là cô bé, cậu bé "gọi dạ bảo vâng" như trước đây nữa. Bố mẹ cần hiểu tâm lý này để luôn cư xử với con bằng thái độ tôn trọng.

Sự tôn trọng con thể hiện ở những việc như:

- Lắng nghe ý kiến của con;

- Tìm hiểu về nguyên nhân dẫn đến cách cư xử của con;

Các biện pháp bố mẹ đưa ra để áp dụng với con cần phải được giải thích, phân tích rõ ràng;

– Không xâm phạm vào "khoảng trời riêng" của con.

– Tôn trọng cá tính riêng của con. Bạn chỉ nên giúp con biết cách cư xử thế nào cho đúng và thể hiện bản tính riêng một cách phù hợp.

– Biện pháp khen thưởng, kỷ luật được thực hiện một cách hợp lý. Trước các kết quả tốt hoặc sự tiến bộ của con, bạn nên khen ngợi, thậm chí là thưởng cho con. Điều này có tác dụng khích lệ lớn, giúp con thêm tự tin. Còn khi con phạm lỗi, nếu cần thiết phải phạt thì cách làm của bố mẹ phải vừa có lý có tình, vừa kiên quyết để con nhận ra lỗi của mình vừa "tâm phục khẩu phục". Có điểm cần lưu ý là không được xúc phạm đến danh dự, nhân phẩm, thân thể của con. Ví dụ: Nếu con không làm đủ bài tập thì phạt con phải dọn dẹp nhà cửa… chứ không áp dụng hình phạt theo kiểu bắt con phải đứng ngoài cửa cho hàng xóm biết hay thậm chí là phạt không cho con ăn. Nếu không để ý đến cách thực hiện thì có thể bố mẹ sẽ làm con bị tổn thương. Trên thực tế, đã có nhiều trường hợp các con mang những tổn thương này theo suốt cuộc đời. Những vết thương ấy khiến con không thể thân thiết với bố mẹ. Vì vậy tốt nhất là các biện pháp thưởng phạt nên được xây dựng trên sự thỏa thuận giữa bố mẹ và con cái. Gia đình tôi đã thống nhất với con là nếu rửa bát sạch thì được nhận 5.000 đồng/bữa, nếu quên dọn bếp sau khi rửa bát sẽ bị trừ 2.000 đồng. Vì thế, con khá vui vẻ thực hiện nội quy này. Bố mẹ phải tôn trọng con thì mới tạo được sự tôn trọng của con đối với bố mẹ.

Hiểu con

Hiểu con để tăng sự gắn kết

Bạn có thể hiểu con bằng cách chủ động tìm hiểu về tâm sinh lý và học cách nhìn qua lăng kính tuổi teen.

Chủ động tìm hiểu về tâm sinh lý lứa tuổi dậy thì. Có nhiều cách để bố mẹ có thể tiếp cận vấn đề này như đọc sách báo, theo dõi các bài viết của những chuyên gia tâm lý và các nhà giáo dục hoặc học kinh nghiệm của những phụ huynh nuôi dạy con thành công; tham gia các diễn đàn tuổi teen; hòa cùng sở thích của con như xem phim, nghe nhạc; kết thân với phụ huynh trong lớp con để cùng trao đổi kinh nghiệm. Đặc biệt, bố mẹ nên thường xuyên nói chuyện với con và bạn bè của con.

Học cách nhìn của tuổi teen. Khi bố mẹ biết đặt mình vào vị trí của con trẻ, nhìn nhận các vấn đề trong cuộc sống theogóc nhìn của con thì bạn sẽ khiến con thấy gần gũi và tin tưởng hơn. Nhờ đó, khi con cần quyết định một việc gì đó có thể sẽ chủ động hỏi bạn để xin tư vấn, tránh đẩy trẻ vào thế phải tự quyết định do nghĩ rằng bố mẹ không hiểu mình. Ví dụ như việc con tự quyết định học trường gì, giải quyết mâu thuẫn với bạn bè, thầy cô. Còn đối với các việc đơn giản khác như chọn lựa quần áo, giầy dép, sách báo, phim ảnh… cho con, nếu bạn không hiểu tuổi teen đang có trào lưu ăn gì, mặc gì, nghe gì, xem gì thì sẽ khó mà mua hay tặng được đồ theo đúng ý của con được.

Hiểu con để có cách cư xử phù hợp

Mấy năm liền Minh Quân đi bị gù lưng. Chị Dung – mẹ của con đã áp dụng rất nhiều biện pháp để sửa cho con mà không được. Thế là chị nghĩ ra một cách. Biết con thích các nhân vật nổi tiếng, nhất là những người thuộc lĩnh vực quân sự, một hôm xem thời sự có cảnh Tổng thống Nga Putin đi giữa hàng binh, chị nói: “Con nhìn Putin xem, ông ấy không cao lớn, nhưng dáng đi rất oai phong. Người ta bảo, khi bắt chước, nhập vai giống khoảng 80% nhân vật nào đó thì mình cũng sẽ có được cảm xúc, tâm trạng như họ”. Rồi nói tiếp: “Các tướng lĩnh, dù cao hay thấp, xấu hay đẹp, họ đều đi rất thẳng lưng. Sẽ thế nào nếu họ đi chỉ huy quân lính với dáng vẻ lòng khòng nhỉ?”, vừa nói chị vừa làm giả dáng đi gù gù.

Chỉ với mấy câu nói đó thôi mà khiến con tự giác thay đổi hẳn, không để mẹ nhắc nhở, chỉnh từng li từng tí như trước nữa. Đến bây giờ, dáng đi của con đã định hình lưng thẳng, không còn chút dấu vết nào của “cậu bé gù” ngày trước.

Như vậy, để thay đổi được con, cách hiệu quả là bên cạnh việc hiểu về đặc điểm chung của lứa tuổi, hãy “đánh” trúng vào nét riêng của bạn ấy như về thể chất, tinh thần, ước mơ, khát vọng… Không có công thức chung áp dụng được cho tất cả các con. Trên cơ sở hiểu con, bạn hãy áp dụng, hoặc tự xây dựng, điều chỉnh cách thức giáo dục cho phù hợp với con mình.

Thông cảm và luôn đồng hành

Nhìn chung, trẻ ở tuổi dậy thì có xu hướng chịu nhiều ảnh hưởng từ bạn bè, giới trẻ trong xã hội hơn là gia đình. Vì thế, các con khó tránh khỏi có những hành động, thói quen mà trong mắt bố mẹ là "không thể chấp nhận được" hoặc không nghe lời như không cho cha mẹ đèo đi học, không gần gũi với gia đình… Nhưng khi bạn hiểu, thông cảm, luôn sát cánh bên con như những người bạn đồng hành thì có thể khiến con cởi mở và chịu nghe lời hơn. Còn nếu bạn chỉ biết quát mắng, bắt con phải làm theo yêu cầu của mình thì chẳng khác gì "lấy đá chọi đá", sẽ chẳng thu được kết quả như ý muốn. Trẻ ở tuổi dậy thì có nguồn năng lượng rất lớn, giống như một dòng nước lũ vậy. Nếu bố mẹ biết lái dòng nước đó theo đúng hướng thì sẽ phát huy được sức mạnh của nó. Còn nếu không, hậu quả sẽ vô cùng nghiêm trọng. Trước tiên là ảnh hưởng đến hòa khí gia đình, lâu dài hơn là ảnh hưởng đến nhân cách, tương lai của con sau này.

Thể hiện tình yêu và thắt chặt tình cảm gia đình

Thể hiện tình yêu

Ở nhiều gia đình Việt Nam, khi con đến tuổi vị thành niên thì những vòng tay ôm hôn, những buổi nói chuyện tâm sự của bố mẹ với con ít đi rất nhiều… Bởi họ cho rằng "Con lớn rồi, cần gì phải thế", hay đơn giản vì bố mẹ thấy con xa cách, khó gần nên cũng ngại chủ động biểu hiện tình cảm. Chính điều này khiến khoảng cách giữa hai bên ngày một xa hơn. Trong khi đó, con lại tìm được cảm giác thân thiết, dễ chia sẻ ở bạn bè. Muốn thay đổi tình hình, cần làm cho con thấy bố mẹ luôn yêu thương con, là những người đáng tin tưởng nhất của con. Khi đó, bạn sẽ thấy con gần gũi hơn vì con người nhìn chung, ai cũng có xu hướng mở lòng và nghe lời những người yêu quý mình.

Bố mẹ nên thể hiện tình yêu với con không chỉ bằng lời nói mà còn thông qua việc tự rèn luyện kỹ năng lắng nghe, kỹ năng nói, kỹ năng giải quyết xung đột và nhiều kỹ năng mềm khác. Đó là phương tiện không thể thiếu để tăng hiệu quả giao tiếp với con. Ngoài ra, nên

giúp con hiểu là bất cứ lúc nào con cần đều có thể chia sẻ với bố mẹ. Như thế sẽ tốt cho sự trưởng thành của con.

Thắt chặt tình cảm gia đình

Trong nhiều rắc rối mà các con tuổi teen gặp phải, có lý do là thiếu sự quan tâm, gắn bó giữa các thành viên gia đình (không chỉ giữa bố mẹ với con mà có khi còn giữa các con với nhau). Từ đó dẫn đến việc mọi người không biết con đang học hành như thế nào, chơi với bạn ra sao hay con có những vấn đề gì về tình cảm, học tập… Nếu khắc phục được nguyên nhân trên thì sẽ giúp con có một chỗ dựa vững chắc, có được những lời khuyên hữu ích để vượt qua những tình huống khó khăn trong cuộc sống.

Để thắt chặt tình cảm gia đình, bố mẹ có thể rủ con tham gia các hoạt động chung của gia đình, "lôi kéo" những người anh chị em họ, bạn bè mà con quý mến tham gia cùng, hoặc là kết hợp với gia đình bạn thân của con tổ chức đi chơi. Như vậy con sẽ dễ hòa đồng hơn. Bố mẹ cũng nên cởi mở bằng cách tham gia các hoạt động của con như cùng chơi game, đọc sách, kể lại chuyện của mình khi vào độ tuổi teen để con thấy có sự gần gũi.

Thắt chặt tình cảm gia đình bằng nhiều hình thức phù hợp là điều cần chú trọng ở các gia đình có con trong độ tuổi dậy thì. Bạn nên đổi mới các địa điểm, hình thức vui chơi sao cho hấp dẫn, thú vị, không nên áp dụng theo cách cũ vì dễ khiến con thấy nhàm chán, ví dụ cho con chơi trò chơi cảm giác mạnh phù hợp với tuổi teen hơn là đi thăm quan vườn hoa…

Kiên trì và linh hoạt

Kiên trì: Chúng ta là những người trưởng thành, khi phải sửa đổi một tính cách hay thói quen nào đó đã rất khó, huống hồ là con cái chúng ta đang trong giai đoạn "dở dở, ương ương", nhận thức chưa đầy đủ, chưa đủ trải nghiệm để hiểu được tầm quan trọng của vấn đề. Muốn sửa đổi tính cách của chúng đương nhiên sẽ khó khăn và mất nhiều thời gian, không chỉ mất hàng tuần, hàng tháng, mà thậm chí có khi mất nhiều năm.

Đó là việc làm thường xuyên, đòi hỏi sự nỗ lực, kiên trì. Để có thể kiên trì được, bạn cần tập cho mình sự bình tĩnh, nhẫn nại, vượt qua được tâm lý buông xuôi “thôi kệ con” hoặc là “nhìn con làm ngứa cả mắt, để bố/mẹ làm cho xong”… và cần thường xuyên phân tích, giải thích cho con. Còn nếu nóng vội, muốn “đốt cháy giai đoạn” ép con làm theo ý của bố mẹ ngay lập tức thì sẽ làm nảy sinh xung đột hoặc khiến mâu thuẫn gia đình trở nên căng thẳng hơn.

Bố mẹ nên tập trung vào việc sửa những lỗi lớn của con, không nên cái gì cũng lên tiếng. Nếu bạn tập trung vào quá nhiều mục tiêu thì sẽ khiến con bị bối rối, áp lực, không biết mình phải sửa lỗi nào trước, lỗi nào sau. Thậm chí nếu bạn nhắc nhở nhiều sẽ khiến con căng thẳng, không khí gia đình nặng nề.

Linh hoạt: Ngược lại, có những gia đình kiên trì, nhưng theo hướng “khăng khăng” dạy con theo cách mình muốn, mà không để ý đến phản ứng của con, dẫn đến thành cứng nhắc, như thế cũng kém hiệu quả. Để là những bậc cha mẹ thành công, bạn cần kiên trì, linh hoạt. Sự linh hoạt thể hiện qua:

- Để ý thái độ, tình cảm và sức khoẻ của con. Nếu con có vẻ không hưởng ứng thì bố mẹ nên tìm cách để con có hứng thú hơn hoặc dừng lại, không nên ép con thực hiện. Nếu con đang không vui hoặc mỏi mệt thì cũng không nên ép con thực hiện các yêu cầu của bố mẹ.

- Thỉnh thoảng, bố mẹ nên “nhượng bộ” con để con thấy ý kiến của mình được tôn trọng và cảm nhận được sự quan tâm của bố mẹ. Ví dụ, bạn định mua cho con cái áo màu xanh, nhưng con thích áo màu đỏ thì nên mua theo ý của con.

- Bố mẹ biết nhìn lại bản thân, nhìn lại phương pháp giáo dục để đánh giá khách quan ưu, nhược điểm, từ đó có sự điều chỉnh cần thiết.

Có độ lùi về thời gian. Đối với con ở độ tuổi này, nếu bạn yêu cầu con phải làm ngay cái này, cái kia có thể khiến con không thoải mái. Vì thế, ngoại trừ một số trường hợp cần thiết, còn không thì bạn nên

nói cho con trước khi phải làm việc gì. Có thể bạn chỉ cần nói chung chung như: “Tẹo nữa con kiểm tra bài tập cho em nhé”, chứ không phải: “Con kiểm tra bài tập cho em luôn đi”.

Kiềm chế, mềm mỏng nhưng kiên quyết

Nuôi dạy con là quá trình gian khó, nhiều khi khiến bố mẹ mệt mỏi, dễ cáu giận. Nhưng nếu bố mẹ không kiềm chế được hành vi thì sẽ tác động tiêu cực đến con, có thể khiến con càng trở nên ương bướng, khó bảo hơn.

Việc bạn cần làm là biết kiềm chế bản thân, luôn nhìn vào những điểm tích cực của con. Dù bạn thấy con khó bảo, trái tính, trái nết như thế nào, thì việc đầu tiên là phải nhìn thấy các điểm tích cực đó. Hãy nhớ lại khi con còn bé thơ, điều gì khiến bạn yêu con thì đó sẽ chính là ưu điểm vốn có của con. Việc của bạn là phải phát huy, nuôi dưỡng nó chứ không nên quát tháo, chán nản vì con thay đổi. Bố mẹ phải thống nhất sử dụng cách giáo dục mềm mỏng, chủ yếu là phân tích, thuyết phục cho con hiểu vấn đề, hạn chế tạo ra những tình huống có tính đối kháng với con… Tuy nhiên, trong nhiều trường hợp, phụ huynh cũng cần phải kiên quyết, giữ vững nguyên tắc trong việc cư xử. Nếu bố mẹ dễ dàng thay đổi ý kiến, kế hoạch chỉ vì chiều con hay sợ con “làm mình, làm mẩy”, ngại mất thời gian để uốn nắn, sửa chữa những tính cách xấu của con thì sẽ rất dễ bị con “bắt thóp” và như thế việc dạy bảo sẽ trở nên khó khăn hơn nhiều.

Bố mẹ cũng nên tránh trường hợp than thở với người khác hoặc lên Facebook kể lể. Nếu con biết được thì sẽ khiến tình hình trở nên tồi tệ. Với những việc chưa hài lòng về con, bố mẹ chỉ nên tâm sự với một số người thân thiết, tin tưởng để tham vấn, giải tỏa tâm lý.

Dành nhiều thời gian chất lượng cho con, giúp con lên kế hoạch cuộc sống

Dành thời gian cho con là một phương thức gắn kết hiệu quả. Tuy nhiên, vấn đề không phải là bố mẹ ở bên con bao lâu mà là thời gian đó được sử dụng như thế nào, có thực sự chất lượng và hiệu

quả hay không. Khi ở bên con, bố mẹ hãy tập trung lắng nghe, hỏi chuyện và nói chuyện với con. Hãy bỏ điện thoại, vô tuyến hay các công việc khác để con không chỉ cảm nhận được sự hiện diện mà còn cảm nhận được cả sự quan tâm của bố mẹ.

Ngoài ra, bố mẹ cần giúp con lên kế hoạch cuộc sống bản thân. Điều này rất cần thiết đối với các vấn đề liên quan đến nề nếp, chí hướng hay ý thức đối với lao động.

Biết cách trò chuyện với con

Hỏi chuyện con

Đặt câu hỏi có thể là một cách để bắt đầu câu chuyện với con (như: hôm nay ở trường thế nào hả con? Con có việc gì không mà bố nhìn có vẻ con không vui…?) hoặc tiếp tục mạch tương tác trong trường hợp con đã chủ động kể.

Khi nói chuyện, bạn cần lưu ý cách đặt câu hỏi, bởi lẽ nó thể hiện bố mẹ có theo dõi, nắm bắt được những gì con nói hay không, có thực sự quan tâm con không. Ngoài ra, nhiều khi, chỉ một vài câu hỏi phù hợp cũng có thể khơi gợi khiến con có thể kể cho bố mẹ rất chi tiết về nhiều chuyện và giúp con tự nhìn nhận lại sự việc.

Nghe con nói

Khi con chủ động tâm sự hoặc trả lời câu hỏi, bạn nên tập trung nghe con nói. Nhờ đó, bạn có thể hiểu nội dung, nguyên nhân của sự việc, tâm lý của con, giúp các ý kiến của bạn hợp lý, con dễ nghe lời. Tác dụng của lắng nghe còn ở chỗ giúp tăng đáng kể sự kết nối giữa bố mẹ và con. Vì thế, cần chú ý tạo điều kiện, khuyến khích để con nói chuyện với bố mẹ. Con càng nói chuyện, tâm sự thì bạn càng có cơ hội hiểu con và hai bên thân thiết nhau hơn.

Đối với gia đình tôi, những lúc Minh Đức có chuyện bức xúc, tôi cứ để cho con nói thỏa thích. Sau đó mới đặt những câu hỏi mang tính gợi mở như: con nghĩ tại sao bạn ý làm thế? Con thấy con làm như vậy thì mọi người sẽ nghĩ gì?... Khi trả lời các câu hỏi đó thì bản

thân con đã phải có sự nhìn nhận khách quan lại mình và mọi người. Nhờ vậy, con cũng phần nào biết đâu là đúng, đâu là sai. Vì thế, khi tôi đưa ra các lời khuyên con đã dễ nghe lời hơn.

Nói với con

Trong khi trò chuyện, bố mẹ phải thể hiện sự tôn trọng con, thông qua việc cho con được quyền nói và trao đổi, bàn bạc với bố mẹ. Không nên vì con nói khó nghe hoặc cho rằng "mày vẫn là đồ con nít" mà bạn đưa ra các ý kiến chủ quan, áp đặt, hoặc mỉa mai, gạt bỏ ý kiến của con mà không có sự giải thích… Ở đây có điểm lưu ý là sự tôn trọng không có nghĩa con bình đẳng với cha mẹ. Đúng là có sự bình đẳng thông qua việc con cũng có quyền nói, nhưng sự bình đẳng này là không tuyệt đối vì trong nhiều trường hợp, bố mẹ vẫn phải ra quyết định và con là người chấp hành, mặc dù lúc đó có thể con không thật sự thoải mái.

Vì ở độ tuổi này, các con thường thiếu kiên trì nên buổi nói chuyện không nên dài quá. Để truyền đạt một thông điệp nào đó, có thể bạn sẽ phải chia ra nhiều buổi nhỏ. Ngoài ra, trong khi giao tiếp, cha mẹ cần vừa nói, vừa để ý thái độ của con để có điểm dừng hợp lý. Nhiều khi chỉ vì bạn muốn nói hết những điều mình cho là cần hoặc vì bạn không có nhiều thời gian cho lần sau mà không biết rằng đang trở thành "nói dài, nói dai, nói dại" đối với con, khiến con ức chế, chuyển sang không muốn nói chuyện. Bạn cũng không nên chỉ nói một cách đơn thuần ý kiến của mình. Như thế, con sẽ dễ có cảm giác như đang nghe lời giáo huấn. Để việc giao tiếp được hiệu quả hơn, trong câu chuyện bạn nên kết hợp với việc hỏi con, nghe con nói. Đối với những chủ đề tế nhị như giới tính, tình yêu… bạn có thể lúc đầu không đi thẳng vào vấn đề mà dùng cách "nói gần, nói xa" để tạo tâm thế thoải mái cho con hoặc bạn không cần phải nói chuyện trực tiếp với con, thay vào đó, dùng các phương tiện khác như các bài báo, bộ phim bạn đã lựa chọn để con đọc và tự rút ra bài học cho bản thân.

Cha mẹ cần khéo léo chọn thời điểm để nói chuyện với con. Đây được coi là một trong những nghệ thuật giao tiếp để tránh những mâu thuẫn không đáng có với con, giúp con có tâm trạng tốt, dễ tiếp

nhận những góp ý. Đối với những vấn đề con có thể cãi (như đề nghị con đi học thêm, làm việc nhà…) thì cần chọn thời điểm tâm trạng con đang vui vẻ (như vừa được điểm cao, vừa được đi chơi về,...) trong không gian thoải mái để đề cập đến. Còn khi con đã cáu gắt, nổi khùng, bố mẹ không nên quát mắng mà bình tĩnh giải thích hoặc đánh trống lảng, rút lui rồi đợi đến khi con đã bình tĩnh lại mới nói chuyện tiếp.

Làm gương

Khi muốn con sống có ý chí, nghị lực, cẩn thận… thì chính bố mẹ cần phải trở thành những tấm gương như thế. Hoặc chí ít thì con cũng phải thấy được sự nỗ lực hoàn thiện bản thân của bố mẹ. Nếu như con thấy bố mẹ về nhà hay mang tài liệu hoặc đọc sách thì đã gieo vào con một cách rất tự nhiên về việc cần phải tự học tập, nâng cao trình độ. Còn nếu phòng ngủ của bố mẹ không gọn gàng ngăn nắp, quần áo vứt bừa bãi, bếp ăn bẩn thỉu không được dọn dẹp thường xuyên thì sẽ khó yêu cầu con phải giữ bàn học của mình gọn gàng, sạch sẽ.

Con người thường có xu hướng bắt chước những người xung quanh, giống như cổ nhân đã nói “gần mực thì đen, gần đèn thì sáng”. Quan hệ giữa con và bố mẹ lại càng đúng như vậy. Khi bạn có lối sống lành mạnh, khiến con yêu mến, kính trọng thì lời nói sẽ có trọng lượng hơn, khiến con dễ nghe lời.

Dạy con giá trị chân thực của cuộc sống và lối sống nhân hậu

Ngày nay, một số gia đình đã cho con đi đến các vùng sâu, vùng xa để con tận mắt nhìn thấy cuộc sống vất vả của người dân, của các bạn nhỏ. Qua đó, con sẽ hiểu thêm về giá trị của đồng tiền, ý nghĩa của lao động. Đây là biện pháp hữu ích cho các câu hỏi có liên quan đến hai nội dung này ở các chương sau.

Hoạt động từ thiện tại các vùng khó khăn, bệnh viện, viện dưỡng lão còn giúp các con biết yêu thương những mảnh đời bất hạnh. Bố mẹ nên động viên con tham gia các hoạt động xã hội do nhà trường, tổ chức, cá nhân có uy tín tiến hành. Qua các hoạt động xã hội đó

sẽ xây dựng cho con ý thức trách nhiệm đối với cộng đồng, con biết yêu thương, chia sẻ, giúp đỡ mọi người. Bố mẹ cũng có thể cho con đọc những cuốn sách, xem những bộ phim giàu giá trị nhân văn. Khi có được trái tim ấm áp biết yêu thương, hiểu ý nghĩa của cuộc sống thì con sẽ sớm trưởng thành.

Tóm lại, tôn trọng, thông cảm, luôn đồng hành với con, thể hiện tình yêu thương, sự kiên trì, thấu hiểu, làm gương cho con… là những điều cần duy trì xuyên suốt trong quá trình đối mặt với những rắc rối của tuổi teen. Tuy nhiên, do đối với từng vấn đề cụ thể, biểu hiện của các con là khác nhau nên bố mẹ cần phải có thêm những giải pháp khác để giải quyết cho phù hợp. Những giải pháp chi tiết sẽ được đề cập ở từng tình huống trong phần tiếp theo.

Mặt khác, để bảo đảm dung lượng không quá lớn của tác phẩm, làm ảnh hưởng đến sự theo dõi của độc giả, một số nội dung sẽ có thể không nhắc lại trong các câu hỏi cụ thể. Nhưng các độc giả cần lưu ý rằng các nguyên tắc trên là những nguyên tắc quan trọng trong giao tiếp đối với các con ở lứa tuổi này.

Những vấn đề về phong cách sống

01Con tôi quá cá tính, tôi rất lo lắng, có cách nào giảm bớt cá tính ở con?

Nhiều gia đình trăn trở về việc con mình sống rất cá tính, con mạnh mẽ, bảo thủ, khó hoà đồng…. Biểu hiện đó càng trở nên rõ ràng khi con bước vào tuổi teen.

Bạn không nên quá lo lắng khi biết rằng, theo quy luật, đây là độ tuổi các con có nhu cầu khẳng định bản thân, do đó bên cạnh một số con cá tính từ bé, giai đoạn này trở nên "bùng nổ" hơn thì đối với nhiều trường hợp, đây chỉ là biểu hiện mang tính chất tạm thời. Mặt khác, người cá tính bên cạnh những hạn chế thì họ cũng có nhiều ưu điểm như thường sống có bản sắc, độc lập, có trách nhiệm, quyết đoán, khả năng lãnh đạo tốt… Vì thế, cha mẹ cần có cách cư xử phù hợp để giúp con phát huy ưu điểm, hạn chế nhược điểm, ngay cả đối với những trường hợp việc con cá tính chỉ là đặc điểm tâm lý của giai đoạn tuổi dậy thì, bởi lẽ nếu không thì nó cũng có thể để lại những hệ quả xấu trong mối quan hệ của con với mọi người và thậm chí là cả sau này.

Giúp con hiểu về bản thân

Những người cá tính có đặc điểm không sợ khác biệt, không dễ bị dao động vì ý kiến của mọi người, do đó, nhiều khi bị coi là bảo thủ. Thông thường họ không dễ thay đổi bản thân nếu chưa thấy rõ sự cần thiết hoặc ý kiến của người khác chưa đủ thuyết phục đối với họ hay là tình cảm của họ chưa đủ lớn để thay đổi vì người khác. Vì thế, nếu muốn thay đổi được tình hình, bố mẹ cần giúp con hiểu về ưu điểm, nhược điểm, ảnh hưởng của tính cách tới cuộc đời của con không chỉ bây giờ mà cả về sau. Bạn cho con biết rằng, sống có bản sắc riêng, không dễ bị lôi kéo là tốt, nhưng mặt khác, hiện tại với tính cách như vậy con sẽ dễ khiến mọi người ức chế, không khí

gia đình căng thẳng, con khó lắng nghe, tiếp thu những điều tốt đẹp mà cha mẹ, thầy cô và mọi người dành cho con, làm ảnh hưởng đến khả năng hoà đồng vì khó tìm được tiếng nói chung… Ngoài ra, tính cách như vậy có thể dẫn đến những hậu quả không tốt cho cuộc sống sau này.

Ở giai đoạn "tuổi ô mai", nhiều bạn, nhất là các bạn dậy thì sớm hoặc già dặn so với tuổi tin rằng mình đã có thể làm chủ được cuộc sống của mình. Vì thế, càng có xu hướng thể hiện cá tính. Trong trường hợp này, bạn nên giúp trẻ hiểu rằng, các con đang ở giai đoạn hoàn thiện nhân cách, mặc dù không còn là trẻ con nhưng cũng chưa phải là người lớn, chưa đủ trưởng thành để có thể đưa ra các ý kiến hoặc hành động một cách đúng đắn. Vì thế, con cần biết lắng nghe mọi người để có sự điều chỉnh bản thân một cách phù hợp. Nếu không biết cách sống thì bản lĩnh có thể biến thành bảo thủ. Để "đánh" vào tâm lý thích thể hiện của tuổi teen, bạn có thể giúp con hiểu rằng có nhiều cách để khẳng định bản thân như học giỏi, biết cách giao tiếp tốt với mọi người, chứ không phải là việc bảo thủ, luôn luôn giữ quan điểm của mình.

Về cách truyền đạt, bạn có thể nói chuyện thẳng thắn với con. Trong trường hợp cách đó không hiệu quả, bố mẹ có thể cho con trải nghiệm bằng cách để con làm theo ý muốn một số việc mà bạn biết chắc chắn rằng con sẽ không đạt được kết quả như mong muốn. Nếu con muốn thức khuya đến 12 giờ, thì bạn hãy cứ để kệ làm theo ý mình. Mấy ngày sau, khi đi học, lúc nào cũng trong trang thái buồn ngủ, mệt mỏi thì bạn mới phân tích cho con tác hại của việc ngủ muộn. Sau khi kết quả xảy ra rồi, bạn mới ngồi nói chuyện, phân tích cho con hiểu vấn đề.

Cho con biết khi nào cần kiên định, khi nào thì nên thay đổi ý kiến

Trong khi nói chuyện bạn cần giúp con hiểu rằng, nếu thấy ý kiến của mình có cơ sở, tốt cho bản thân và mọi người thì con có thể thực hiện. Lúc đó, nếu bị chê, khích bác hoặc lôi kéo mà con vẫn kiên định thì là điều tốt, nên phát huy. Đây là trường hợp con phát huy cá tính của bản thân. Ví dụ, nếu các bạn rủ con đánh "hội đồng"

một bạn thì con nên kiên quyết không tham gia, cho dù có bị khích bác thế nào đi nữa.

Còn nếu thấy ý kiến của mình không đúng hoặc cần hoà đồng thì con nên/có thể làm theo số đông. Ví dụ trong trường hợp cả lớp đi chơi, các bạn đều mặc đồng phục thì mặc dù không muốn, con cũng nên mặc đồng phục cho hòa đồng cùng các bạn. Ngoài ra, mặc dù người cá tính không muốn dựa dẫm người khác, nhưng khi cần thiết, con cũng nên biết nhờ mọi người giúp đỡ. Điều đó sẽ tốt cho con và giúp có mối quan hệ gần gũi với người khác. Trong trường hợp con sai, hãy gạt bỏ cái tôi của mình để nói lời xin lỗi.

Dạy con biết tôn trọng mọi người và các chuẩn mực xã hội

Việc dạy con biết tôn trọng mọi người, không áp đặt ý kiến chủ quan sẽ giúp con duy trì cá tính của mình và không khiến người khác khó chịu. Ví dụ, con là người mạnh mẽ thì cũng không nên chê bôi các bạn điềm tĩnh. Mặt khác, khi biết yêu mến, quý trọng mọi người con sẽ đỡ bảo thủ, dễ xem lại mình hơn.

Bạn cũng nên dạy con biết những quy tắc đạo đức, quy định của pháp luật. Có những quy định của pháp luật tưởng chừng như xa vời với con trẻ, như không được xâm phạm thân thể, xúc phạm danh dự người khác, vượt đèn đỏ… nhưng hóa ra lại ảnh hưởng đến ý thức, hành vi của con. Bởi vì, khi biết về các quy tắc đạo đức, quy định của pháp luật thì con sẽ có một khung tham chiếu để soi lại hành vi của mình, từ đó, con biết xem lại ý kiến của mình có đúng, có hợp lý hay không để có cách cư xử phù hợp. Nếu bố mẹ không chú ý điều này để hướng dẫn con cách cư xử thì dễ dẫn đến việc con chỉ biết đến bản thân mình, luôn làm theo ý kiến cá nhân mà không để ý đến xung quanh. Như vậy sự cá tính của con trở thành sự ích kỷ. Và trong một số trường hợp con có thể phá vỡ các quy tắc xử sự theo chuẩn mực chung của xã hội.

Ngoài các cách trên, bố mẹ cũng nên đề ra các nguyên tắc, giới hạn để con không được vượt qua như việc ăn mặc, say mê thần tượng… Con đừng vì muốn thể hiện cá tính riêng mà có những hành vi lố bịch, lập dị.

Giúp con sống hòa đồng

Mặc dù không phải là tất cả, nhưng nhiều bạn vì cá tính của mình mà dẫn đến việc khó hoà đồng. Bố mẹ nên khắc phục vấn đề này bằng cách cho con theo học lớp kỹ năng hoặc dạy con về kỹ năng đàm phán, làm việc nhóm, kiểm soát bản thân… Đây là điều rất cần thiết giúp con biết cách thuyết phục, hòa đồng với mọi người, thể hiện cá tính của mình một cách hợp lý và sẽ được bạn bè yêu mến hơn.

Phát huy điểm mạnh của con

Đối với những đứa trẻ này, nếu bố mẹ biết cách giúp con phát huy thế mạnh thì sẽ tốt cho tương lai của con. Ngoài ra, bố mẹ cũng cần ý thức rằng trong cuộc sống thường ngày, gia đình phải tôn trọng ý kiến, lối sống, cá tính đó (ngay cả trong trường hợp đối lập với bố mẹ) miễn sao không ảnh hưởng đến mọi người. Bố mẹ có thể trao quyền một cách hợp lý để con được chủ động thực hiện. Ví dụ, đối với các con lớn thì được quyền sử dụng tiền tiết kiệm để gửi ngân hàng hay cho bố mẹ vay với lãi suất thỏa thuận. Bố mẹ cũng có thể cùng con bàn bạc, đề ra các kế hoạch học tập, mục tiêu cuộc sống mà con cần đạt được (học kỳ này sẽ đạt học lực gì, cấp 3, đại học sẽ học trường nào…). Bạn cũng nên khuyến khích con làm trưởng các đội nhóm để con phát huy khả năng quyết đoán, chịu trách nhiệm của mình.

Sức mạnh của tình cảm

Những đứa trẻ cá tính có suy nghĩ riêng, độc lập với những lập luận riêng mà có khi người khác dùng mọi cách vẫn không thuyết phục được. Trong trường hợp này, làm sao để có thể khiến con thay đổi? Lúc đó, bố mẹ cần tác động vào tình cảm của con, khơi gợi những cảm xúc, mong muốn của con hoặc nói cho con biết sự lo lắng, quan tâm của bố mẹ đối với con thì có thể đem lại kết quả.

02Làm gì khi con quá hiền lành, dễ bảo, khi ra ngoài thì nhút nhát, ngại giao tiếp?

Hiền là một cô bé có cái tên thể hiện tính cách. Con hiền lành, dễ bảo. Vì thế, khi còn bé, bố mẹ nuôi dạy rất nhàn. Tuy nhiên bây giờ, khi con vào cấp 2 bố mẹ ngày càng thấy băn khoăn, lo lắng vì con hay bị bạn bắt nạt, ngại đám đông. Gia đình sợ rằng sau này vào đời con dễ bị thiệt thòi do không dám tranh luận, bảo vệ quyền lợi của mình, không dám thể hiện, phát huy những điểm mạnh bản thân.

Tại sao con có tính cách đó?

Hiền lành thường đi đôi với nhút nhát, thiếu tự tin. Khi con hiền có thể là do tính cách có tính chất bẩm sinh của con, hoặc con sống trong môi trường bố mẹ giáo dục quá nghiêm khắc, hay bị quát mắng, đánh đập, phải "gọi dạ bảo vâng"… Ngoài ra, nếu con được bao bọc, che chở, không cho va chạm với thế giới bên ngoài, có ít bạn thì cũng dễ trở nên nhút nhát.

Thay đổi từ trong gia đình…

Giúp con tự tin hơn. Bạn có thể thực hiện được điều này bằng cách giúp con nhận biết, tự hào và phát huy về các điểm mạnh của bản thân (về hình thức, nhân cách, trí tuệ). Đó là điều giúp con tự tin, từ đó dám khẳng định bản sắc riêng của mình. Khi ở nhà con tự tin thì lúc ra ngoài con mới có thể tự tin được. Lúc đó, con mới không bị sợ hoặc ngợp trước mọi người, biết thể hiện và bảo vệ ý kiến của bản thân. Bố của Hiền cũng áp dụng như vậy. Bắt đầu từ việc trong câu chuyện hằng ngày anh hay khen con, chẳng hạn như khen về khả năng nấu ăn tốt của con, động viên con nếu thích nấu món gì thì cứ mạnh dạn, chủ động xin phép để vào bếp, không nhất thiết

phải để mẹ cho gì ăn nấy. Kết quả là vào sinh nhật của mình, con đã tự tin nấu một bữa ăn chiêu đãi cả nhà, điều mà trước đây con không dám làm vì sợ nấu không ngon, mọi người chê trách.

Bố mẹ cần giúp con khắc phục những hạn chế của bản thân (ví dụ như về ngoại hình, khả năng giao tiếp, học lực) để con không bị mặc cảm. Những lúc con mắc sai lầm, thất bại, bố mẹ hãy ở bên để an ủi, chia sẻ và khích lệ con. Ngay cả những lúc bình thường, chính sự quan tâm, tình yêu thương của bố mẹ sẽ giúp con tự tin vững bước trên đường đời.

Ngoài ra, cha mẹ cần cho con học các lớp rèn luyện kỹ năng giao tiếp, kỹ năng bảo vệ bản thân (ví dụ như học võ, cách bảo vệ bản thân khi gặp các tình huống nguy hiểm)... Khi biết cách giao tiếp, con sẽ tự tin hơn trong mối quan hệ với mọi người. Đó là các "công cụ" hữu ích để giúp con có thể thoát khỏi "chiếc vỏ kén" của mình.

Dám thoát ra khỏi vỏ bọc, vượt qua sự nhút nhát. Những năm gần đây, mọi người hay nói đến khái niệm "vùng thoải mái". Đó là nơi mà chúng ta cảm thấy an toàn và được bảo đảm. Để giúp con thay đổi, bố mẹ cần giúp trẻ thoát khỏi vùng thoải mái đó của bản thân, bởi vì các con thường chỉ chơi với người mà mình thân thiết, yêu quý, sợ phải đến nơi lạ, sợ phải làm quen. Bạn có thể thực hiện bằng cách trong cuộc sống hằng ngày hãy tạo cho con những thử thách, động viên con dũng cảm vượt qua. Lưu ý rằng các thử thách này không nhất thiết phải liên quan đến giao tiếp, nó có thể thuộc nhiều lĩnh vực khác nhau. Ví dụ, bình thường con chạy được 3km thì bạn hãy khích lệ con chạy lên thành 3,5km-4km. Mục đích ở đây là giúp con quen với việc tự vượt qua chính mình, để từ đó con có thể tự tin "làm mới" mình, cải thiện mối quan hệ xã hội.

Giúp con sống có bản sắc. Muốn con mạnh dạn hơn, việc đầu tiên là cần "tập dượt" từ trong gia đình. Con cần sống có bản sắc vì thông thường đối với các con có kiểu tính cách này thì cái tôi không lớn, hay nhường nhịn. Bản sắc thể hiện qua việc có chính kiến, yêu, ghét rõ ràng, không phải việc gì cũng theo ý kiến của mọi người… Để làm được điều đó, đòi hỏi gia đình thường xuyên khích lệ, động viên con. Có thể mới đầu con ngại, sợ không dám nói ra, nhưng bạn

hãy kiên trì, khuyến khích thì theo thời gian, mọi việc sẽ dần thay đổi. Con cần mạnh dạn tự ra quyết định và chịu trách nhiệm về quyết định đó. Trong cuộc sống hàng ngày, bạn nên hỏi con có thích cái này, cái kia không, ý kiến của con về các vấn đề như thế nào. Nếu con bảo là “con không biết” hoặc “thế nào cũng được” thì bạn cần hỏi thêm hoặc phân tích để giúp con cuối cùng cũng đưa ra được chính kiến, tránh việc nói chung chung, ba phải.

Giúp con ý thức về quyền của mình. Ngoài ra, con cũng cần được biết về quyền được thể hiện ý kiến và quyền được mọi người trong gia đình và ngoài xã hội tôn trọng. Đây là hai quyền rất quan trọng để giúp con sống có bản sắc hơn. Nhiều con quá hiền lành, thậm chí là nhẫn nhịn, dẫn đến việc bị bạn bắt nạt là vì không ý thức được vấn đề đó. Bố mẹ có thể trực tiếp nói rõ với con rằng: “Con bây giờ lớn rồi, hãy cứ mạnh dạn thể hiện ý kiến của mình. Có gì cứ nói!”. Còn bố Hiền áp dụng cách khác cũng khá hiệu quả. Trong giao tiếp hằng ngày, anh hay hỏi lại: “Con có thấy thoải mái không? Con có muốn gì khác không?”. Những câu hỏi này mặc dù đơn giản nhưng đã thể hiện sự tôn trọng, khích lệ con thể hiện ý kiến, nguyện vọng của mình.

Đi liền với quyền thể hiện ý kiến và quyền được mọi người tôn trọng ý kiến là việc nhiều khi con cần dũng cảm lên tiếng yêu cầu mọi người phải tôn trọng hoặc tỏ thái độ giận dỗi, bực tức nếu có ai tỏ thái độ coi thường, không nghe con. Đây là điều mà nhiều bạn ngoan hiền e ngại thực hiện.

Một vấn đề đáng lưu ý là bố mẹ cần cho con sống trong môi trường dân chủ, không roi vọt, hạn chế quát mắng để con dám thể hiện được bản thân. Có thể một số con không bị sống trong môi trường bạo lực, nhưng sự “nề nếp gia phong” đã khiến con trở nên quá nhút nhát, thì gia đình cũng cần cân nhắc điều chỉnh lối sống.

Giúp con không ngại “va chạm” ý kiến: Bạn cần cho con hiểu rằng, mâu thuẫn là điều không thể tránh khỏi trong cuộc sống. Nhiều khi, trong một chừng mực nào đó, mâu thuẫn sẽ giúp con người, xã hội phát triển hơn. Đừng vì ngại tranh luận căng thẳng hoặc ai đó giận mà con từ bỏ ý kiến của mình. Điều đó sẽ khiến con sống không có

bản sắc, dễ bị mọi người coi thường. Mặt khác, những người thực sự yêu quý con sẽ không vì con không nghe theo mà họ ghét con. Vì thế, hãy dũng cảm, tự tin bảo vệ những gì mà con cho là đúng. Để làm được điều này, bạn cần cho con “quyền được cãi” ngay trong gia đình. Không nên quát tháo, đe nẹt khi con bảo vệ ý kiến của mình. Thay vào đó, bạn hãy lắng nghe con rồi sau đó phân tích, giảng giải cho con hiểu. Nếu con đúng, bạn cần chấp nhận điều con nói.

Tuy nhiên, điều đó không có nghĩa là con có quyền được cãi bố mẹ bằng ngôn từ thiếu lịch sự và thái độ hằn học, hung hăng. Bố mẹ cần tạo ra giới hạn hoặc lập bên một bảng nội quy để con vừa có thể chia sẻ ý kiến, vừa cư xử có chừng mực, lễ phép.

… Rồi đến ngoài xã hội

Khi ở nhà các con hiền lành, nhút nhát thì khi đi ra ngoài xã hội khả năng cao là các con vẫn giữ tính cách như vậy bởi lẽ các con thiếu tự tin, có thói quen nghe lời người khác, lối suy nghĩ đơn giản, thiếu kỹ năng giao tiếp, kỹ năng thể hiện và không biết bảo vệ chính kiến của…

Để khắc phục được hạn chế này, bố mẹ cần giúp con thay đổi trước tiên là trong cách cư xử với bạn bè bởi vì đó là những người ngoài xã hội mà con hay giao tiếp nhất. Phụ huynh nên khích lệ con thể hiện và bảo vệ chính kiến của mình, mạnh dạn nói chuyện với các bạn không thân… Điểm cần chú ý là cần khích lệ con biết lên tiếng, bảo vệ bản thân khi bị bắt nạt để tránh con bị bạo lực học đường – điều mà các con hiền lành dễ gặp phải.

Các con nhút nhát có nhiều nỗi sợ khi phải đi ra ngoài, như sợ bị bắt nạt, sợ bị chê cười… Vì thế, bố mẹ nên giúp con hiểu rằng trong cuộc sống có rất nhiều người tốt, thân thiện, họ yêu mến con. Số người xấu chỉ chiếm số lượng nhỏ (nhưng bố mẹ cũng cần trang bị cho con những kỹ năng để nhận biết và đối phó với họ). Vì thế, con không nên lo sợ nếu phải giao tiếp với người lạ.

Tạo môi trường, rèn luyện dần khả năng giao tiếp của con

Bố mẹ nên sử dụng công thức: “Từ thân đến sơ, từ quen đến lạ, từ ít đến nhiều”. Mới đầu, khuyến khích con chơi nhiều với những người con đã quen như họ hàng, bạn bè thân rồi đến sơ, sau đó mới đến những người không quen biết. Khi phải đến những chỗ lạ như câu lạc bộ thì bố mẹ nên khuyến khích con rủ thêm bạn thân, anh chị em đi cùng để tạo cảm giác yên tâm. Rồi dần dần, khi con đã bạo dạn hơn lúc đó bố mẹ mới “buông” để con đi một mình.

Việc rèn luyện con cần được tiến hành thường xuyên, kiên trì nhưng thận trọng. Bố mẹ đừng nên quá nôn nóng sẽ trở thành ép buộc, khiến con sợ hãi. Cần chú ý kết hợp giữa việc tạo môi trường, rèn luyện cho con bạo dạn và các biện pháp giúp con tự tin.

Đối với các bạn có cú sốc tâm lý thì ngoài các biện pháp trên, bố mẹ càng cần phải gần gũi để tâm sự, động viên con. Trong trường hợp cần thiết, có thể đưa con đi trị liệu tâm lý

03Làm sao nếu con tôi sống quá nội tâm, sâu sắc?

Nhớ lại ngày tôi đỗ vào lớp chuyên có tiếng của tỉnh. Mới đầu thì thấy tự hào và vui mừng lắm, nhưng "ngày vui ngắn chẳng tày gang", áp lực học tập nặng nề, trong lớp có quá nhiều bạn lạ, không có bạn thân, khiến cho tôi là một đứa sống nội tâm, nhạy cảm càng có cảm giác cô đơn, khó hòa nhập. Những khi đi học thêm lớp mới cũng vậy, cảm giác lúng túng, chẳng biết nói chuyện với ai luôn bao trùm, khiến tôi chỉ biết cắm đầu vào mà học.

Gần gũi – liều thuốc bổ đối với con

Những ngày đó, tôi may mắn có mẹ ở bên. Là một giáo viên tâm lý nên mẹ hiểu nhu cầu được quan tâm của tôi rất lớn, bà hay nói chuyện, lắng nghe và phân tích cho tôi thấy những điều không hợp lý. Tôi luôn cảm thấy ấm áp, dần dần, giảm được sự lấn cấn trong mối quan hệ với các bạn. Qua những lời nói của mẹ, tôi hiểu hơn về những điểm hay, dở trong tính cách của mình và cố gắng để tự khắc phục.

Nếu bạn có con sống quá nội tâm thì càng cần gần gũi con bởi lẽ các trẻ thuộc tính cách này hay suy nghĩ, dễ cô đơn nhưng cũng dễ nghe lời nếu cảm nhận được sự quan tâm, đồng cảm. Gần gũi cũng là một cách để giúp con không đưa các suy nghĩ tiêu cực đi quá xa, nhất là trong trường hợp con gặp các chuyện buồn. Con sẽ cảm nhận được sự quan tâm của bố mẹ nếu như được bố mẹ trò chuyện, hỏi han, động viên, chia sẻ khi con gặp chuyện buồn/vui. Hay khi bạn chăm sóc sức khỏe, vấn đề ăn uống cho con, vì có một số gia đình khi con bước vào tuổi vị thành niên lại coi nhẹ vấn đề này. Đây là một sai lầm! Con nên được đảm bảo về dinh dưỡng, sức khỏe để phát triển thể chất cũng như tâm lý một cách tốt nhất. Tuy nhiên, cha mẹ cũng chú ý không nên chăm sóc con một cách thái quá khiên con khó chịu. Mức độ cần vừa đủ để đảm bảo tốt cho

con, lại khiến con cảm nhận được yêu thương, quan tâm của bố mẹ.

Giúp con có lối sống lành mạnh, tích cực

Bố mẹ cần tạo cho con sự bận rộn, có nhiều hoạt động vận động, hạn chế thời gian ở một mình, giúp con nâng cao sức đề kháng của cơ thể, tránh mệt mỏi và stress. Ví dụ như thường xuyên cho con tiếp xúc với môi trường bên ngoài, tham gia các câu lạc bộ, hoạt động thể dục, thể thao, các hoạt động xã hội để con ít có "cơ hội" chìm đắm vào thế giới nội tâm. Có điểm lưu ý là hãy tiến hành một cách từ từ, từng bước vì đối với các con sống nội tâm thường sẽ ngại tham gia các hoạt động ồn ào[1].

[1] Tham khảo thêm câu *02: Làm gì khi con quá hiền lành, dễ bảo, khi ra ngoài thì nhút nhát, ngại giao tiếp*; tr. 38

Bố mẹ cũng nên hạn chế con đọc các tiểu thuyết tình cảm sướt mướt, nghe các bản nhạc buồn. Thay vào đó, khuyến khích con nghe các bài hát sôi động, đọc sách về sự lạc quan, tin tưởng, chơi với các bạn sôi nổi, thẳng thắn, tính tình đơn giản để bù trừ cho nhau. Bố mẹ cũng nên chú ý về phong cách bài trí, màu sắc của ngôi nhà và phòng ngủ của con sao cho tươi sáng. Mọi người trong nhà cần vui vẻ, thoải mái để lan tỏa niềm vui cho con.

Bên cạnh đó, phụ huynh hãy giúp con sống đơn giản hơn, nhìn mọi thứ bao dung và tin tưởng hơn. Ví dụ, nếu con cứ băn khoăn rằng: "Tại sao con vẫn đối xử tốt, vẫn hay chơi với Hà, mà Hà lại không rủ con đi sinh nhật? Có phải con đã mắc lỗi gì với bạn?". Trong trường hợp đó, bố mẹ có thể giải thích cho con rằng có thể là Hà quên hoặc khuyến khích con vượt qua sự ngần ngại để thẳng thắn hỏi bạn về lý do tại sao lại làm vậy.

Phát huy những điểm mạnh trong tính cách của con

Bố mẹ có thể khuyến khích con nuôi thú cưng, chăm sóc anh chị em trong nhà và quan tâm hơn đến mọi người xung quanh, đồng thời hỏi ý kiến con về các vấn đề của gia đình, cuộc sống… để phát huy

các điểm mạnh trong tính cách của con là sống tình cảm, chu đáo, thích quan tâm và được quan tâm.

04Phải làm gì khi con tôi sống vô trách nhiệm?

Lối sống này thường gặp ở những trẻ từ bé đã được gia đình nuông chiều, đáp ứng mọi nhu cầu nên hình thành lối sống hưởng thụ nhưng cũng có thể gặp ở những trẻ sống trong các gia đình có lối giáo dục quá nghiêm khắc khiến con bức xúc, bất cần.

Hãy tác động vào nhận thức của con

Mai Trang năm nay 15 tuổi, hay đổ lỗi cho mọi người, sống vô trách nhiệm. Một hôm, mẹ đã ngồi tâm sự với Mai Trang, chị đã nhẹ nhàng chỉ ra những hạn chế về lối sống của Trang thời gian qua. Chị cũng lồng ghép các ví dụ chân thật của đời sống, như vừa qua đã xảy ra vụ sập giàn giáo xây dựng khiến nhiều người thương vong là do sự thi công cẩu thả, thiếu trách nhiệm… Con đã im lặng lắng nghe, có vẻ hiểu những điều mẹ nói.

Khác với mẹ Mai Trang, mẹ của Hoàng Vinh đã chọn cách nhân dịp sinh nhật con, chị tặng con cuốn sách “Những tấm lòng cao cả” – cuốn sách có giá trị giáo dục nhân cách thông qua những câu chuyện bình dị. Sau khi nhận được sách, con chăm chú đọc. Điều đặc biệt là mấy ngày sau mẹ thấy biểu hiện của con đối với mọi người rất khác. Trường hợp này, mặc dù mẹ của Vinh không chỉ ra tác hại trong lối sống của con, nhưng đã tạo ra hiệu quả giáo dục tốt khi biết hướng con đến những cách sống cao đẹp.

Trong hai ví dụ trên, các phụ huynh đã áp dụng phương thức giao tiếp khá hợp lý. Khi con ở tuổi dậy thì, bố mẹ không nên giảng giải nhiều theo kiểu “lên lớp”, nhất là đối với việc dạy con sống có trách nhiệm – một vấn đề có thể là nhạy cảm, dễ khiến con không nghe, thậm chí có thể nổi xung. Nên thay vào đó là sự trò chuyện trực tiếp mang tính chất tâm tình hoặc thông qua các câu chuyện, các nhân vật trong cuộc sống thực tế hay trên phim ảnh, sách báo… để phân

tích cho con hiểu. Từ đó bố mẹ sẽ dễ áp dụng các biện pháp tiếp theo để con trở thành người có trách nhiệm đối với chính bản thân mình và mọi người xung quanh

Dù dùng hình thức giao tiếp nào thì bố mẹ cũng cần giúp con hiểu được những tác hại của lối sống vô trách nhiệm, giúp con hiểu được rằng, nếu con “dám làm, dám chịu”, “làm đến nơi, đến chốn”, biết quan tâm đến mình và mọi người thì sẽ được mọi người coi trọng và có tương lai tốt đẹp.

Dạy con có trách nhiệm với chính mình và mọi người

Việc cần thay đổi đầu tiên là thái độ của con đối với chính mình. Mẹ Hoàng Vinh luôn nhắc nhở con cần chú ý đến việc ăn mặc, đầu tóc, phòng ở sao cho gọn gàng, học hành nghiêm túc, giữ chế độ ăn uống, sinh hoạt và nghỉ ngơi hợp lý. Việc nhắc nhở ấy giúp con hiểu rằng con cần có trách nhiệm đối với việc học tập và tương lai của mình. Khi có trách nhiệm với bản thân thì con mới dễ trở nên trách nhiệm với mọi người hơn.

Bố mẹ nên bớt bao bọc con. Hãy để con tự làm các việc liên quan đến bản thân, nhất là những việc liên quan đến nhu cầu cá nhân, không nên nhắc nhở con nhiều. Hãy để con tự trải nghiệm, tự rút kinh nghiệm từ việc làm của mình.

Bên cạnh đó, nhiều khi cha mẹ không cần nhớ hộ con việc phải làm. Nếu bạn hay nhắc con về lịch học, lịch đi chơi với bạn, đồ đạc… vì sợ con quên thì đã vô tình hình thành cho con thói quen ỷ lại, dựa dẫm.

Bố mẹ nên dạy con có trách nhiệm đối với mọi người. Đây là vấn đề liên quan trực tiếp đến thái độ của con đối với gia đình, xã hội. Muốn con làm được điều này, bố mẹ nên chú ý đến việc giúp con học cách yêu thương những người xung quanh. Khi biết yêu thương, cảm thông thì con sẽ sẵn sàng giúp đỡ mọi người hơn.

Ngoài ra, cần khích lệ con thể hiện trách nhiệm bằng các hành động cụ thể như làm việc nhà, quan tâm, giúp đỡ cha mẹ. Để con dễ hợp

tác thì thay vì nôn nóng, bố mẹ nên thực hiện từng bước một. Ví dụ như mới đầu bố có thể rủ con đi mua quà tặng mẹ dịp 8/3, nhưng đến ngày lễ năm sau, bố khuyến khích con tự làm hay tự đi mua quà cho mẹ.

Những người sống có trách nhiệm thường có xu hướng muốn sống trong môi trường mà mọi người cũng có ý thức như vậy. Nếu không, họ sẽ thấy khó chịu, có cảm giác bất bình đẳng và thiệt thòi. Vì vậy, nếu con có anh chị em ruột thì bố mẹ cần nuôi dạy các con công bằng, để các con đều có tinh thần trách nhiệm, biết quan tâm và tôn trọng mọi người trong nhà.

Cho con tham gia hoạt động nhóm

Bố mẹ nên cho con tham gia các hoạt động nhóm vì tại đó, mỗi thành viên đều phải có tinh thần trách nhiệm, nếu không sẽ ảnh hưởng đến kết quả chung của cả đội. Đây là một cách khá hay để giúp các con vừa phát huy khả năng cá nhân, vừa biết quan tâm và hỗ trợ những người xung quanh. Bố mẹ nên dạy con biết quan tâm đến mọi người và vì lợi ích chung.

Mặc dù trước khi làm, các con có phân công rõ ràng phần việc của mỗi thành viên, tuy nhiên, khi vào cuộc thì sẽ có thể xảy ra một số tình huống bất ngờ như có bạn nào đó không làm được việc do bận đột xuất, ốm… Lúc đó, tinh thần giúp đỡ nhau giữa các thành viên trong đội là rất quan trọng. Con cần tương trợ cho các bạn ấy chứ đừng theo kiểu “việc ai người đó làm”. Như vậy, các bạn sẽ đánh giá cao con.

Làm việc nhóm yêu cầu các thành viên phải gạt bỏ những cái tôi nhỏ bé để hướng về kết quả chung của cả đội. Vì vậy, con phải học cách bỏ qua những sự khác biệt về cách làm việc, sự ích kỷ, tỵ nạnh… để làm tốt việc được giao, đoàn kết cùng các bạn.

Nếu con là trưởng nhóm, con cần chú trọng cả kỹ năng tổ chức công việc, phân công và khích lệ các thành viên trong nhóm…

05Phải làm gì để con tôi trở thành một người quyết đoán?

Hạnh là một người thiếu quyết đoán, cả nể. Con có lối sống đơn giản, ít mâu thuẫn với mọi người, nhưng không có lập trường, tiếng nói ít được coi trọng, khó đưa ra quyết định dẫn đến bỏ qua cơ hội, dễ bị lợi dụng và khó đạt được những thứ mình muốn…

Đối với các con thuộc nhóm tính cách này, ngoài nguyên nhân do tính cách bẩm sinh, lối sống cầu toàn, sợ mất lòng mọi người, sợ cô đơn và không dám chịu trách nhiệm thì lý do có thể là vì con sống trong môi trường gia đình mà bố mẹ nghiêm khắc, gia trưởng hoặc bận rộn, ý kiến của con không được chú ý, hay bị mắng mỏ... Để thay đổi tính cách này của con, cần có sự quan tâm, kiên trì của bố mẹ.

Dạy con ý thức về bản thân

Khi thấy Hạnh như vậy, bố mẹ đã phân tích cho con biết những ảnh hưởng của việc thiếu quyết đoán, hay cả nể đối với cuộc sống hiện tại và tương lai sau này của con. Trong những cuộc nói chuyện, Hạnh cũng được nghe kể về các bài học của những người nổi tiếng vì sự thiếu quyết đoán mà gây ra những thiệt hại lớn. Ví dụ, nhiều người vẫn cho rằng, do sự thiếu quyết đoán của chiến lược gia người Pháp Arsene Wenger cùng các cộng sự, đội bóng Arsenal đã bỏ lỡ cơ hội chiêu mộ rất nhiều tài năng trong suốt một thời gian dài, và mất chức vô địch giải Ngoại hạng Anh.

Bên cạnh việc giúp con hiểu về tính cách bản thân, cha mẹ cần giải tỏa những lo lắng cho con. Đối với việc con sợ mất lòng mọi người, sợ lạc lõng vì là thiểu số nếu đưa ra ý kiến mà không được mọi người tán thành, phụ huynh có thể khắc phục bằng cách giúp con hiểu nếu con quyết đoán và đưa ra được các ý kiến đúng đắn thì ngay cả trong trường hợp là thiểu số thì khi hiểu ra, mọi người sẽ lại

yêu quý con. Đối với việc con không dám đưa ra ý kiến do cầu toàn, sợ trách nhiệm, cha mẹ cần nói để con hiểu trong cuộc sống, không có gì là trọn vẹn, tuyệt đối. Vì thế, đừng cân nhắc nhiều đến mức khó đưa ra được ý kiến và trong cuộc sống, ai cũng cần phải có trách nhiệm, con không nên trốn tránh điều đó. Khi biết chịu trách nhiệm, con sẽ trưởng thành hơn.

Ngoài ra, bố mẹ nên dạy con tự tin, ý thức về việc hình thành bản sắc cá nhân, khi đó con sẽ dễ đưa ra các quyết định.

Giúp con hiểu rằng "Quyết định nào cũng hơn là không có quyết định"

Theo tôi, câu nói trên của Brian Tracy nếu hiểu rộng hơn để áp dụng vào trường hợp này thì nó bao hàm cả ý nghĩa là bố mẹ hãy dạy con dám nói, dám cãi, dám quyết định và dám làm.

Dám nói. Hằng ngày, bố mẹ nên động viên con thể hiện ý kiến riêng. Qua đó sẽ giúp con tự tin và tăng khả năng giao tiếp. Đối với những ý kiến đúng, bố mẹ nên tán thành. Ý kiến nào chưa đúng, bố mẹ đừng chỉ trích mà phân tích cho con thấy điểm chưa hợp lý của nó và nên làm thế nào để ý kiến được xác đáng hơn.

Tôi hay nói chuyện để giúp con hiểu rõ hơn về bản thân mình, về những ước mơ, khát vọng của con, về cả những điều con mong muốn và không mong muốn. Có như vậy con mới có cơ sở để tự tin đưa ra ý kiến. Nếu con không hiểu mình là ai thì khó làm được điều đó. Có lẽ vì thế mà Minh Đức đã tự tin, quyết đoán trong việc chọn trường cấp 3 để thi vào.

Ngoài ra, con có quyền từ chối yêu cầu của bất cứ người nào mà con nhận thấy không phù hợp, không có trách nhiệm phải làm. Bố mẹ hãy cho con được quyền từ chối ngay cả đối với những yêu cầu của bố mẹ mà con thấy không phù hợp. Gia đình của Hạnh ban đầu áp dụng cách này đối với những việc đơn giản như khi đi nghỉ mát, con thích nơi nào thì con có thể nói ra, rồi dần dần, tiến tới áp dụng với các việc lớn hơn như học hành, bạn bè, công việc.

Dám cãi. Nhà tôi được nhiều người đánh giá là khá dân chủ. Minh Đức thường xuyên được hỏi ý kiến, được tranh luận thẳng thắn, bảo vệ ý kiến của mình. Đó cũng là một lý do giúp con luôn có chính kiến riêng.

Bố mẹ đừng vì muốn nhàn thân mà bỏ qua việc thường xuyên dạy con "dám cãi" trong cuộc sống hằng ngày. Bố mẹ có thể bắt đầu bằng cách đưa ra bài tập tình huống như giả sử con xin phép được đi chơi vào dịp cuối tuần và mẹ giả vờ đưa ra các quan điểm phản bác. Nhiệm vụ của con là đưa ra các lý do để bảo vệ ý kiến của mình. Mới đầu, màn hỏi đáp có thể chỉ kéo dài 3 câu hỏi, 3 câu trả lời. Sau đó, bố mẹ có thể dần dần nâng lên thành 5 hoặc 7 câu. Nếu con bảo vệ thành công quan điểm của mình thì con thắng, và được thưởng. Ngược lại, con sẽ thua.

Dám quyết định. Đây là yếu tố chính giúp con thay đổi được tính thiếu quyết đoán, cả nể của bản thân. Để con dễ đưa ra quyết định thì bố mẹ cần lưu ý hai điểm.

Một là: Giúp con sống có mục đích, có tiêu chí rõ ràng để mục đích, tiêu chí ấy trở thành hệ quy chiếu giúp con đưa ra quyết định. Đó có thể là:

– Đối với những vấn đề đơn giản, để đưa ra quyết định không cần quá 5 giây;

– Ưu tiên cho những mong muốn, sở thích cá nhân của bản thân, nếu nó không thái quá;

– Không dễ dàng chiều theo ý người lạ;

– Luôn nhớ đến mục tiêu của mình. Khi không biết quyết định thế nào thì sẽ lựa chọn theo mục tiêu đó.

Hai là: Giúp con có khả năng phân tích và thấu hiểu. Con cần hiểu mình và người khác, có khả năng phân tích ý kiến của mọi người, các tình huống, hoàn cảnh hiện tại, khả năng tương lai… Làm được

điều đó con sẽ tự tin đưa ra các quyết định hơn, không dựa dẫm, ỷ lại vào người khác.

Dám làm. Điều cốt lõi ở đây chính là khả năng sẵn sàng chấp nhận thách thức. Khi đã quyết định điều gì, con phải quyết tâm thực hiện điều đó đến cùng. Người thiếu quyết đoán thường sợ rủi ro. Tuy nhiên, nếu họ trong tâm thế sẵn sàng đối mặt với quyết định của mình, dám đương đầu với khó khăn thì sẽ dễ đưa ra quyết định hơn, không bị mất nhiều thời gian cân nhắc được, mất, phân tán vì các luồng thông tin.

Đợt cô chủ nhiệm cho đăng ký vào đội tuyển, mới đầu Hạnh không biết chọn đội nào vì con thích Toán nhưng lại khó đạt giải vì có nhiều bạn giỏi đăng ký, còn môn Hoá con học xuất sắc nhưng lại không đam mê. Sau đó, nhớ lại những điều mẹ dạy, con tự tin đăng ký môn Toán, sẵn sàng đối diện với thách thức.

06Làm sao để con tôi sống có ước mơ và khát vọng?

Tôi đã hỏi nhiều con học cấp 2, cấp 3 rằng sau này con thích học ở đâu, muốn làm nghề gì, điều gì khiến con yêu thích nhất? Nhiều con trả lời rất nhanh rằng con không biết; bố mẹ bảo gì thì con nghe. Như vậy các con đã để tương lai của mình cho người khác định đoạt mà không biết cách để tự xây dựng và thực hiện nó.

Nếu con sống có niềm tin, ước mơ và khát vọng thì con sẽ có đích đến. Những điều đó giúp con vượt qua mọi khó khăn, thử thách trong cuộc sống sau này. Nếu chưa có thì thông thường là do con không tin vào mình, ước mơ của con đã từng bị cười nhạo, con bằng lòng với hiện tại, không có điều kiện để biết đến những cuộc sống tốt đẹp hơn hoặc quen được bố mẹ sắp đặt mọi việc và tương lai đã được gia đình hứa hẹn… Vì vậy, để khắc phục tình hình bố mẹ có thể áp dụng các biện pháp như sau:

Khơi dậy sự tự tin trong con

Một số câu khác trong cuốn sách này có đề cập đến cách giúp trẻ tự tin, nhưng ở phần này chủ yếu tập trung vào giúp trẻ tự tin vào khả năng học tập, tài năng, sự phấn đấu của mình. Những yếu tố này là nội lực, có ý nghĩa cốt lõi giúp trẻ dám có ước mơ về cuộc sống sau này vì khi có được các yếu tố trên, sẽ có cơ sở để trẻ tự tin tìm đến ước mơ của mình. Hòa được nuôi dạy trong một gia đình nghiêm khắc. Bố mẹ Hòa quan niệm cần phải rèn luyện con, không nên khen con vì như vậy sẽ khiến con trở nên kiêu căng. Vì thế, khi tôi khen Hòa thông minh, con đã rất ngạc nhiên vì ở nhà bố mẹ toàn chê con học chậm. Khi tôi trao đổi lại, bố con bảo rằng nói thế để con còn phấn đấu. Theo tôi, đó là một quan điểm sai lầm vì ở độ tuổi teen, các con chưa hiểu nhiều về bản thân mình, bản lĩnh chưa vững vàng, dễ dao động, rất cần những lời động viên, phân tích để con phát huy thế mạnh và hạn chế điểm yếu. Sự chê trách, so sánh

không đúng cách sẽ khiến con mất tự tin, thu mình lại và không dám mơ ước.

Kích thích trí tưởng tượng của con

Cho con xem hình ảnh các nước phát triển qua sách báo, phim ảnh. Cho con đọc sách, xem phim viễn tưởng. Đó là những cách thức kích thích trí tưởng tượng của con rất tốt. Trên thế giới, có rất nhiều sáng kiến mang tính nhảy vọt bắt nguồn từ ý tưởng trong các câu chuyện viễn tưởng như máy móc tự động hoàn toàn, ô tô bay...

Hè Minh Đức từ lớp 5 lên lớp 6, tôi tìm trên mạng các trang học trực tuyến của nước ngoài với những hình ảnh đẹp, sống động cho con học. Khi học về con bướm, người học chỉ cần quét mã QR trên sách là tự nhiên sẽ thấy xuất hiện hình ảnh con bướm đập cánh, bay lên trong rừng. Con vô cùng thích thú. Tôi bảo con hãy cố gắng học tốt, sau này có cơ hội ra nước ngoài sẽ được học những giáo trình như vậy. Từ đó, tôi thấy con học tập cũng khác nhiều.

Hãy gợi mở, khích lệ và đồng hành cùng con. Chính bố mẹ phải là người đầu tiên khơi gợi cho con những ước mơ, khát vọng. Bạn có thể cùng con bàn về tương lai tốt đẹp của gia đình và của con trong 5 năm, 10 năm nữa với thái độ trân trọng ý kiến của con. Khi con có ước mơ và thổ lộ cùng bố mẹ, dẫu nghe có vẻ viển vông thì bố mẹ cũng không nên cười nhạo con. Thay vào đó, hãy nói chuyện, khích lệ con kể cụ thể về điều đó. Bố mẹ có thể góp ý về khía cạnh này, khía cạnh kia để ước mơ của con có tính khả thi hơn. Tuyệt đối không nên nói theo kiểu “giội gáo nước lạnh” lên đầu con. Ví dụ như: “Con không làm được đâu”, “Lại liên thiên gì đấy?”… Vì điều đó sẽ vô tình làm dập tắt ước mơ vừa được nhen nhóm lên trong con.

Cho con trải nghiệm cuộc sống mơ ước

Trong điều kiện kinh tế cho phép, bố mẹ cho con đi nghỉ tại các khách sạn 5 sao, các resort đẹp hay ăn ở những nhà hàng sang trọng, thậm chí đi du lịch nước ngoài để khám phá thiên nhiên và cuộc sống con người. Việc này sẽ tác động vào tâm trí con, giúp

con hình thành nên ước mơ, khát vọng được đi đến những chân trời mới, tạo động lực khiến con quyết tâm học giỏi. Đó là sự đầu tư thông minh và hứa hẹn. Bố mẹ cũng có thể cho con tham gia các sự kiện trong group "Đồng hành cùng tuổi teen" để con có cơ hội gặp những người nổi tiếng, thành đạt và được họ truyền cảm hứng.

Giúp con thực hiện ước mơ của mình

Ngoại trừ những ước mơ quá bất hợp lý hoặc ảnh hưởng đến người khác, còn lại bố mẹ nên đồng hành cùng con thông qua việc để ý xem con học tập như thế nào, con đã làm gì để thực hiện ước mơ của mình, hoặc giúp con tìm tài liệu, cho con gặp chuyên gia về lĩnh vực mà con quan tâm…

07Phải làm sao khi con tôi quá cẩu thả, đoảng vị, vụng về, không biết nấu ăn?

Người Việt Nam có câu “tề gia nội trợ” để nói về vai trò người phụ nữ, với hàm ý người vợ, người mẹ cần phải biết quán xuyến, chăm lo chuyện nhà cửa, bếp núc. Nên nhìn nhận vấn đề này như thế nào trong thời đại ngày nay?

Có phải chỉ cần “a lô” là có tất cả?

Hiện nay, nhiều gia đình muốn con có nhiều thời gian để học, nhà lại có người giúp việc nên con không phải làm việc nhà. Từ đó, con dần hình thành thói quen ngại việc, không biết làm và không muốn làm. Nhiều người còn có quan điểm, bây giờ dịch vụ, hàng hóa phát triển, sao phải học nấu ăn, dọn dẹp nhà cửa, cứ “alo” là một lúc sau có tất cả.

Trên thực tế, mặc dù quan niệm về “nữ công gia chánh” của phụ nữ bây giờ không nặng nề nữa, nhưng bố mẹ cũng cần chú ý dạy bảo con. Bởi lẽ, điều này có nhiều khả năng ảnh hưởng đến hạnh phúc gia đình của các con sau này vì nếu con đoảng vị, vụng về thì có thể sẽ chăm sóc con của mình không tốt hoặc thiếu kỹ năng vun đắp tổ ấm.

Ngoài ra, nếu con chu đáo, biết nấu nướng, làm việc nhà thì cũng tốt cho việc học của con bây giờ và sau này khi con đi học xa.

Nấu nướng cũng thú vị mà!

Cần từ từ lôi kéo con tham gia nấu ăn bằng nhiều cách khác nhau. Bố mẹ đừng mắng và bắt con làm vì ở tuổi này các teen có nhiều lý do để từ chối. Thay vào đó, mới đầu bố mẹ có thể rủ con tranh thủ lúc rỗi rãi, cùng mình vào bếp, làm các việc đơn giản mà con thích

như trang trí món ăn, sau đó cho con tập làm các món. Hãy thường xuyên động viên, khích lệ để con hợp tác, từ đó mới có thể hình thành thói quen, niềm yêu thích nấu nướng.

Một cách khác khá hiệu quả là cho phép con rủ các bạn về nhà tự nấu ăn, khuyến khích con tập làm mấy món để chiêu đãi bạn. Có thể sau khi lũ trẻ về, bố mẹ sẽ mất công dọn “bãi chiến trường” nhưng sẽ khiến các con rất vui và hào hứng.

Học cách nấu ăn thôi!

Ngoài việc bố mẹ tranh thủ dạy con biết nấu ăn vào những lúc rỗi rãi hoặc vào giờ nghỉ giữa những lúc con học bài thì vào dịp hè hoặc sau khi thi xong các kỳ thi quan trọng, bố mẹ có thể động viên, khuyến khích con tham gia các lớp học về nữ công gia chánh. Như vậy, khả năng nấu ăn của con sẽ được cải thiện một cách khá nhanh.

08Làm thế nào để con gái tôi nữ tính hơn?

Dung học lớp 6. Mặc dù có cái tên rất nữ tính, nhưng các bạn trong lớp lại hay gọi cô bé là “thằng Dung”. Cô bé có mái tóc tém, không bao giờ mặc váy đồng phục, tính tình thẳng thắn, mạnh mẽ và chẳng tham gia tám chuyện về những chủ đề “sến sẩm” của con gái như “tớ phát ngất vì anh ca sĩ X đẹp trai”. Mẹ Dung rất lo lắng: “Sao con mình như con trai thế?”.

Chân dung con gái ngày nay

Bố mẹ nên hiểu rằng mức độ nữ tính của các bạn gái là khác nhau. Có bạn thuộc dạng điển hình, có bạn lại theo phong cách “tomboy”. Mỗi bạn một vẻ. Có nhiều yếu tố dẫn đến sự đa dạng trong phong cách của các bạn gái hiện nay như gene, môi trường gia đình, các xu hướng xã hội…

Bố mẹ cần thấy rằng trong xã hội phát triển, khi nam nữ ngày càng trở nên bình đẳng hơn thì quan điểm về nữ tính đã thay đổi nhiều so với trước đây. Các con có thể không còn nhu mì, nhẫn nhịn, hy sinh như bà và mẹ của mình. Thay vào đó, các con đã biết đòi hỏi quyền lợi, sự bình đẳng và biết lo cho tương lai của mình hơn. Ngoài ra, giới trẻ cũng có những suy nghĩ thoáng về ăn mặc, không cứ con gái là phải điệu đà, váy vóc, tóc dài… Vì vậy, bố mẹ cũng nên suy nghĩ thoáng hơn về vấn đề nữ tính.

Tuy nhiên, sự lo lắng của bố mẹ là có cơ sở bởi vì dù xã hội phát triển đến đâu thì nữ tính vẫn là một lợi thế của người phụ nữ, nhất là ở Việt Nam – một đất nước Á Đông. Do đó, bố mẹ nên tìm cách hướng dẫn cho con hiểu về vấn đề này nhưng cần thực hiện một cách thật tự nhiên, chân tình, không ép buộc.

Con là con, không phải mẹ

Ở giai đoạn tuổi teen, các con thích thể hiện bản thân, nhiều khi không muốn nghe lời cha mẹ, nhất là những vấn đề liên quan đến sở thích cá nhân như quần áo, đầu tóc hoặc cách cư xử… Cho nên, mọi sự góp ý của bố mẹ cần nhẹ nhàng, tinh tế và đủ sức thuyết phục, chứ không nên quát mắng, áp đặt con. Nếu hình thức bên ngoài của con không có gì nghiêm trọng lắm thì bạn cũng không nên can thiệp. Ngược lại, nếu bố mẹ cảm thấy nó không phù hợp về mặt văn hóa và thẩm mỹ, thì hãy thể hiện ý kiến ở mức độ hợp lý. Bạn cần lưu ý cho con về cách cư xử của con, nhất là đối với bạn khác giới vì nếu không thì dễ bị người khác lợi dụng hoặc hiểu lầm.

Quay lại với trường hợp của Dung, con không bị mẹ góp ý gì về việc ăn mặc. Mẹ chỉ dặn dò con không nên có những hành động thân mật với bạn nam như vỗ vào người và cũng không cho các bạn làm thế với mình.

Bố mẹ cần tôn trọng, chấp nhận cá tính của con, không nên thúc ép con thay đổi ngay như ý muốn mà phải từ từ, kiên trì. Còn trong trường hợp con sinh ra đã có đặc trưng rõ nét của một "tomboy" thì bạn đừng cố ép con thành "bánh bèo". Như vậy, con sẽ cảm thấy khó chịu, căng thẳng với gia đình và dẫn đến nhiều hậu quả. Trách nhiệm chính của bạn là giúp con phát huy tốt nhất những thế mạnh, hạn chế tối đa điểm yếu trong sự vui vẻ của cả gia đình.

Vai trò của cha mẹ

Giải thích cho con hiểu thế nào là nữ tính. Nhiều con bị mắng: "Mày lớn rồi mà như con trai, không nữ tính gì cả!" trong khi các con chưa thực sự hiểu nữ tính là gì. Bố mẹ cần giải thích cho con hiểu nữ tính không phải là sự yếu đuối, "bánh bèo", cần sự che chở của người khác mà nữ tính là vẻ đẹp cả về hình thức lẫn tâm hồn của người phụ nữ, biết làm tốt thiên chức và làm chủ cuộc sống của mình. Đó có thể là sự tinh tế của hình thức (ăn mặc phù hợp giới tính, hoàn cảnh, có thẩm mỹ, tinh tế), sự hấp dẫn của giới tính (vấn đề này thì bạn cần cân nhắc khi nói sao cho phù hợp với nhận thức lứa tuổi con, nếu không sẽ phản tác dụng), tính cách (bao dung, tốt bụng, quan tâm mọi người), học thức, cách đối nhân xử thế sao cho phù hợp, sống có bản lĩnh….

Giúp con nữ tính hơn. Mẹ Dung đã giúp con có được các kiến thức về nữ tính thông qua các cách thức như trực tiếp dạy hay gián tiếp thông qua việc làm gương cho con học từ chính cách sống hàng ngày của mình từ việc cư xử khéo léo, quan tâm, chăm sóc gia đình hài hòa với hoàn thành tốt công việc ở cơ quan. Ngoài ra, chị còn cho Dung đọc các sách, xem phim, học các lớp kỹ năng sống…

Bố mẹ nên áp dụng các bước trong phần này một cách linh hoạt. Nếu con là người không thích nghe nói nhiều hoặc mối quan hệ với bố mẹ không được tốt thì có thể bỏ qua việc dạy con thế nào là nữ tính. Thay vào đó, tìm cách trang bị cho con những kiến thức đã nói ở trên. Như vậy, sẽ giúp con dần hình thành sự nữ tính một cách tự nhiên nhất. Ngoài ra, bố mẹ nên áp dụng nguyên tắc “lý thuyết đi đôi với thực hành”, ví dụ như bạn có thể giúp con chọn một bộ váy phù hợp để mặc và nói: “Con gái mẹ trông thật nữ tính”. Như thế, bạn đã giúp con hiểu thế nào là nữ tính và làm thế nào để nữ tính.

09Phải làm gì khi con trai tôi thiếu mạnh mẽ, nam tính?

Giờ ra chơi, mấy bạn nữ tụ tập với nhau, bàn tán: “Tao thích ca sỹ SB vì trông thật manly”. Ở góc khác, cánh con trai tụ tập, một bạn nói: “Ơ, Bình mày mọc râu rồi à?”...

Giới tính là một chủ đề “hot” của các bạn teen. Các con quan tâm đến sự phát triển của bản thân và các bạn xung quanh. Đối với con trai, các con đã biết quan tâm đến mức độ nam tính của mình, nhất là trong mắt các bạn gái. Để con phát triển thành người đàn ông trưởng thành, cách cư xử của cha mẹ là rất quan trọng.

Chân dung các chàng trai thế hệ 10x (các con sinh từ năm 2000)

Nam tính có thể hiểu là vẻ ngoài đậm chất đàn ông (biểu hiện qua chiều cao, cân nặng, dáng đi, nét mặt, cử chỉ, phong cách ăn mặc...) hay thế giới nội tâm với các phẩm chất, tính cách như: nghị lực, dũng cảm, quyết tâm, quyết đoán, che chở người khác, ý chí… Những người như vậy có nhiều lợi thế trong cuộc sống gia đình và công việc, giao tiếp xã hội. Đối với các chàng trai thế hệ 10x, nam tính còn thể hiện qua việc sống có khát vọng, khả năng học tập, tiếp cận tri thức thế giới, có trách nhiệm xã hội và kỹ năng sống tốt. Thông thường, việc một bạn trai thiếu nam tính có thể là do gene, do môi trường sống (ví dụ như con được bố mẹ bao bọc, che chở) hoặc do sức khỏe (quá yếu ớt)...

Để giúp con hiểu hơn về nam tính, trước tiên, vai trò của người bố rất quan trọng. Bố hãy trở thành một hình mẫu cho con noi theo bởi vẻ ngoài đàn ông và cách sống trách nhiệm với bản thân, gia đình, xã hội. Ngày trước chồng tôi sống khá vô tư, nhưng từ khi con bắt đầu lớn, anh đã chú ý nhiều hơn về lối sống. Nhờ đó mà Minh Đức cũng học tập được nhiều từ bố.

Bên cạnh đó, gia đình tôi còn áp dụng một cách khác. Một hôm nọ, hai mẹ con vô tình cùng xem trailer phim Ván bài lật ngửa, The bodyguard. Minh Đức có vẻ chú ý đến các nhân vật chính là Đại tá Thành Luân, nhân vật Vệ sĩ do Kenvin Costner đóng (chắc do họ đẹp trai quá). Lúc đó, tôi tranh thủ bảo luôn: “Mẹ mong con sau này sẽ “manly”, tài giỏi, đẹp trai, có tình yêu đẹp như các chú ý”.

Như vậy, bố mẹ có thể dạy con về sự nam tính thông qua việc cho con xem các bộ phim có nhân vật nam mạnh mẽ hoặc cho con tiếp xúc với những người thân, bạn bè của bố mẹ mà có độ nam tính cao. Qua ảnh hưởng từ các tấm gương ấy con sẽ dần thay đổi tích cực. Đây cũng là một cách để các bà mẹ đơn thân tham khảo dạy con về sự nam tính.

Con trai, hãy rèn luyện thường xuyên!

Trong cuộc sống hằng ngày, bạn có thể dạy con về các phẩm chất cần thiết của người đàn ông như nghị lực, quyết đoán… Ví dụ, đã lên kế hoạch làm 5 bài trong tối ngày hôm nay thì dù gì cũng phải làm cho xong các bài đó, có thể phải thức khuya thì cũng phải làm. Hoặc bạn có thể nhờ con làm giúp các việc như vác đồ nặng (nếu con có thể chất bình thường) rồi khen: “Con (bố) mẹ thật là nam tính, biết đỡ (bố) mẹ các việc nặng rồi đấy!”. Bạn hãy thật kiên trì, bình tĩnh, không mỉa mai, trách móc con bằng những lời nặng nề như: “Thằng này chẳng đàn ông gì cả”. Cùng với thời gian, qua chính những việc hằng ngày, bạn sẽ xây dựng, bồi đắp cho con những phẩm chất mà một người đàn ông cần có.

Cần chú trọng nâng cao sức khỏe thể chất, tầm vóc cho con vì những yếu tố đó cũng có thể ảnh hưởng đến mức độ nam tính. Nếu con nhỏ bé, yếu ớt thì khó làm được các việc xốc vác, đòi hỏi nhiều sức lực như các bạn trai khỏe mạnh, to lớn.

Ngoài ra, bạn có thể cho con đọc các sách về kỹ năng sống dành cho các nam thiếu niên, sách về tấm gương của những người đàn ông thành công như Steve Jobs, Elon Musk để con học tập nghị lực, cách theo đuổi thành công của họ. Bố mẹ cũng nên khích lệ con học tốt kiến thức ở trường lớp, nâng cao khả năng ngoại ngữ, tiếp cận

các nguồn tri thức tiên tiến, tham gia hoạt động xã hội và có ý thức hoàn thiện bản thân…

Sử dụng biện pháp “đòn bẩy”

Bố mẹ hãy cho con biết các bạn gái thích gì ở một bạn trai. Bố mẹ có thể nói trực tiếp về điều đó hoặc gián tiếp thông qua các cuốn sách, tạp chí, bộ phim phù hợp với độ tuổi của con. Sau khi biết được, có thể con sẽ cố gắng tự thay đổi bản thân để trở nên hấp dẫn hơn, có sức thu hút hơn với các bạn khác giới.

10Tôi cũng dạy con nhiều về tình thương, lòng vị tha… Như vậy, có làm con bị giảm nam tính không?

Minh Đức là con một, nhưng không được chiều. Con được bố mẹ rất quan tâm, dạy bảo. Đến lớp 6 con đã có thể tự nấu một bữa ăn đầy đủ, tự lo cho bản thân và lên kế hoạch học tập trước mắt cũng như lâu dài. Đức sống tình cảm nhưng mạnh mẽ.

Biết làm chủ cuộc đời của mình – một yếu tố để hạnh phúc

Trong xã hội phát triển, mỗi cá nhân dù là con trai hay con gái đều phải sống độc lập, biết tự lo cho mình không dựa dẫm vào ai. Thước đo sự nam tính không phải là sự độc đoán, gia trưởng mà là việc sống độc lập, có nghị lực, dũng cảm, quyết tâm, quyết đoán, biết che chở, có ý chí… Việc con là con trai mà biết nấu nướng, đi chợ là điều tốt. Nó thể hiện sự độc lập, biết lo cho mình.

Sức mạnh của yêu thương, chia sẻ

Đối với các đức tính như thương người, vị tha… thì dù là giới nào, dù là nam hay nữ thì cũng cần phải có. Nó không làm giảm độ nam tính mà sẽ giúp con có sự thu hút hơn đối với người khác. Chính vì vậy mà Minh Đức vẫn được đánh giá là “manly”, được nhiều bạn quý mến.

Ngoài ra, khi biết nấu nướng, con có thể giúp đỡ được vợ sau này, xây dựng hạnh phúc gia đình. Thực tế ngày nay, gia đình đầm ấm là khi vợ chồng biết chia sẻ công việc với nhau, cùng giúp nhau phát triển sự nghiệp cá nhân và chăm sóc con cái. Việc kiếm tiền không phải là trách nhiệm duy nhất của người đàn ông. Việc bếp núc, con cái không chỉ là nhiệm vụ của người phụ nữ.

Nếu sợ con biết làm nhiều việc như vậy sẽ dẫn đến tình trạng “việc gì cũng đến tay”, vợ sẽ ỷ lại, dựa dẫm thì bố mẹ hãy dạy con hiểu rằng mỗi người trong gia đình đều phải có trách nhiệm chung, được đối xử công bằng, bình đẳng, không dựa dẫm vào nhau. Đồng thời, bố mẹ cũng cần dạy con về cách khích lệ người khác, giúp họ trở nên hoàn thiện hơn. Có như vậy thì sau này, nếu vợ của con không phải là người đảm đang lắm, con sẽ biết cách giúp vợ mình chăm chỉ, có trách nhiệm với gia đình hơn hoặc cả hai sẽ tìm được tiếng nói chung trong việc phân công lao động để vợ chồng đều thoải mái, hạnh phúc. Bố mẹ cũng có thể dạy con về việc trước khi yêu hoặc cưới, các con cần tìm hiểu nhau kỹ tránh khả năng sau này xảy ra mâu thuẫn không dung hoà được về quan điểm và lối sống.

11Con tôi quá thực dụng, làm sao để thay đổi điều đó?

Khi nền kinh tế phát triển, lối sống thực dụng đã ảnh hưởng đến một bộ phận lớp trẻ. Người có lối sống thực dụng thường hay chạy theo lợi ích vật chất, danh lợi, chỉ biết đến lợi ích của mình (hoặc của cả người thân) mà quên đi, thậm chí là bất chấp các quy định của pháp luật, các chuẩn mực đạo đức, không chú ý đến các giá trị tinh thần, không quan tâm đến người khác. Nhiều người có tâm lý cảnh giác khi chơi với người thực dụng.

Trong cuộc sống, người thực dụng có thể kiếm được nhiều tiền nhưng khó có được hạnh phúc thực sự, lâu dài. Vì thế, khi con có biểu hiện sống thực dụng, bố mẹ cần sớm can thiệp và điều chỉnh.

Bố mẹ cần chú ý đến hành vi của mọi người xung quanh

Bố mẹ cần xem lại quan niệm của mình và mọi người trong gia đình về tiền để kịp thời điều chỉnh bản thân khi cần thiết, nhằm giúp con có lối sống hài hoà, không thực dụng. Cụ thể là về cách kiếm tiền, sử dụng tiền, phân phối thời gian dành cho việc kiếm tiền và dành cho những người thân. Đặc biệt, nếu bạn là người kinh doanh thì càng nên lưu ý vấn đề này vì thông qua cuộc sống hàng ngày, các hành động, lời nói của bạn có thể khiến con hiểu rằng tiền là quan trọng nhất.

Ở một khía cạnh khác, có thể bạn không cố ý nhưng đôi khi chính những lời nói, hành động vô tình của bạn lại gieo rắc vào con những tư tưởng thực dụng. Anh Tiến vì công việc kinh doanh bận rộn nên hay về muộn. Về đến nhà nhiều khi ông bà và vợ con đã đi ngủ nên anh không có cơ hội hỏi thăm mọi người được nhiều. Gia đình than phiền thì anh hay nói: “Kiếm tiền mệt chết đi được, tưởng dễ à, thời gian đâu mà để ý với cả quan tâm”. Mặc dù đó chỉ là một cách nói, còn anh Tiến vẫn là người biết quan tâm, chăm sóc gia đình dưới

nhiều hình thức, nhưng có những lần con trai anh nghe được, đã vô tình hình thành nên tư tưởng không đúng đắn trong con. Học hết cấp 2, con đi học trường nghề nên con đã sớm tự kiếm được tiền. Nhưng khi về đến nhà, con không quan tâm ai. Con lại nói câu có "bóng dáng" của bố hôm nào: "Con đi làm mệt lắm rồi, đừng đòi hỏi con phải quan tâm ai".

Dạy con quan niệm đúng đắn về tiền

Có trường hợp con trở nên thực dụng do chưa hiểu đúng về giá trị và ý nghĩa của đồng tiền. Bố mẹ nên trò chuyện để con hiểu rằng tiền quan trọng vì nó là điều kiện cần thiết cho sự tồn tại và phát triển của gia đình, nhưng tiền không phải là tất cả. Trong gia đình quan trọng nhất vẫn là hạnh phúc, mọi người biết quan tâm nhau. Bố mẹ có thể trích tiền để biếu ông bà, giúp đỡ họ hàng, làm từ thiện hay góp vào quỹ du lịch của cả gia đình. Thông qua đó, con có thể học hỏi được về cách sử dụng tiền, hiểu đúng về giá trị của tiền bạc.

Bạn cũng có thể cho con đọc, xem hay kể cho con nghe các ví dụ về những người xung quanh, đặc biệt là những người mà con biết, vì mải chạy theo đồng tiền, danh vọng mà phải trả giá. Ngược lại, bên cạnh đó lại có những người giàu có như Bill Gates, Mack Zuckerberg nhưng biết quan tâm, chia sẻ với mọi người nên họ hạnh phúc và được nhiều người ngưỡng mộ.

Trong vấn đề này, bố mẹ cũng nên dạy con phân biệt thực tế và thực dụng. Con người sống cần phải thực tế, mơ mộng quá cũng không tốt. Đặc điểm chính của người có lối sống thực tế là biết kiếm tiền, bảo đảm cho cuộc sống của mình và gia đình, nhưng vẫn biết cân bằng các yếu tố vật chất với các yếu tố tinh thần, bên cạnh việc gánh vác kinh tế, vẫn biết quan tâm, dành thời gian chăm sóc cho mình và các mối quan hệ gia đình, họ hàng, bạn bè…

Dạy con cách quan tâm, giúp đỡ người khác

Khi thấy con có biểu hiện sống thực dụng, vợ anh Tiến đã chú ý thay đổi cách giáo dục. Qua những lần nghe mẹ tâm sự, con đã

hiểu rằng hạnh phúc là sự sẻ chia, là “cho” chứ không phải là “nhận”.

Khi bố mẹ chú trọng dạy con về những đức tính tốt đẹp như biết hy sinh, nhường nhịn, quan tâm đến người khác… và các giá trị tinh thần như lòng tự trọng, sự yêu quý và tin tưởng mà mọi người dành cho mình cũng sẽ góp phần giảm bớt tính thực dụng của con.

12Phải làm sao khi con tôi ương bướng, thậm chí còn tỏ thái độ thách thức?

Hồi bé Minh Đức khá ngoan, nhưng khi lên cấp 2, có nhiều lúc con không nghe lời, rất bướng, nói mãi không được. Mẹ động viên học bóng rổ, con kiên quyết không học, thế là mẹ phải áp dụng chiến thuật "mưa dầm thấm lâu", mỗi ngày nói chuyện một ít. Lần thì "khích" rằng, các bạn gái thích con trai cao lắm, mà bóng rổ lại là môn thể thao tốt nhất cho chiều cao. Lần khác, lúc cùng xem phim có cảnh các anh chị sinh viên Mỹ chơi bóng rổ, mẹ lại trầm trồ khen họ… Dạo đó vào dịp hè, có một trung tâm mở lớp bóng rổ ngay tại trường cấp 1 của con – nơi mà con rất yêu quý, có chính sách khuyến mại hấp dẫn, đánh đúng tâm lý thích 'tính toán" của con. Chớp thời cơ mẹ lại rủ rê thuyết phục, lần này con đã đồng ý tham gia học.

Bố mẹ biết chấp nhận, thông cảm

Về sâu xa, việc thuyết phục được Minh Đức học bóng rổ là do tôi đã đặt mình trong tâm thế biết chấp nhận con, hiểu rằng con là một thực thể độc lập, có suy nghĩ, tình cảm riêng, mình không thể áp đặt được. Con không thích môn thể thao đó là do chưa thấy sự hấp dẫn, cần thiết của nó. Nhiệm vụ của cha mẹ là phải làm sao đưa ra các lý lẽ, dẫn chứng thuyết phục được con. Suy nghĩ đó đã khiến cho tôi đỡ căng thẳng, bình tĩnh tìm ra giải pháp.

Xét rộng hơn, trong quá trình làm bố mẹ, mọi người cũng nên đặt câu hỏi: Liệu con có thực sự bướng bỉnh, thách thức bố mẹ hay là do đang phát triển cái tôi, khẳng định cá tính riêng nên không muốn nghe theo sự áp đặt? Liệu có phải con đang có những khó chịu, bức xúc trong lòng? Lý do bố mẹ đưa ra chưa đủ sức thuyết phục? Nghĩ như vậy thì tâm lý của bố mẹ mới nhẹ nhàng, bình tĩnh để tìm được

cách giải quyết phù hợp cho mỗi vấn đề cụ thể. Ví dụ, nếu đó là do con thích khẳng định cá tính thì cần giúp bạn ấy nhận ra những đúng, sai trong suy nghĩ, hành động của bản thân. Bên cạnh đó, để đáp ứng được yêu cầu thể hiện cái tôi của con, trong quá trình nói chuyện, bạn nên thể hiện sự tôn trọng con như đứng trên quan điểm của con để thông cảm, không dùng lời nói xúc phạm…[2]

[2] Tham khảo thêm Câu 1 – con tôi quá cá tính, tôi rất lo lắng, có cách nào giảm bớt cá tính ở con?; tr. 32

“Vô cùng tàn nhẫn, vô cùng yêu thương”

Khi con ương bướng, khó bảo, điều bố mẹ cần chú ý là không áp dụng các biện pháp có tính bạo lực như quát mắng, dọa nạt, đánh đập vì sẽ chỉ khiến con càng trở nên thách thức, gan lì. Thay vào đó, bố mẹ phải rất gần gũi, kiên trì, nhẹ nhàng phân tích cho con thấy phải, trái, đúng, sai. Nếu nói 1 lần con không nghe thì bạn đừng vì bực tức, sốt ruột mà nản lòng, bỏ cuộc. Mà bố mẹ hãy thay đổi cách nói chuyện như bạn có thể rủ con đi chơi, rồi trên đường đi, lựa lúc con thoải mái thì hãy nhẹ nhàng phân tích. Trong trường hợp cần thiết phải phạt thì nên lưu ý về nguyên tắc phạt con. Cha mẹ nói chung, nhất là những người có con ương bướng, hay cãi hoặc lý sự cần rèn luyện mình về khả năng kiềm chế, khả năng thuyết phục… Bạn sẽ thấy đó là các kỹ năng rất cần thiết cho quá trình giao tiếp hàng ngày với con. Biết kiềm chế sẽ giúp bạn không nặng lời với con, biết thuyết phục sẽ khiến những điều bạn nói dễ nghe, dễ hiểu và dễ cảm hơn.

Bố mẹ cũng nên tìm hiểu cách để con tôn trọng và yêu quý[3]. Khi đó, dù không bằng lòng với phụ huynh thì nhiều khả năng là con cũng sẽ không dám có biểu hiện thách thức.

[3] Tham khảo thêm Câu 33: Làm sao để con vừa “sợ” vừa yêu quý, gắn bó với bố mẹ?; tr. 162

Cảm hóa con bằng tình yêu và nghệ thuật

Hãy làm tính con mềm mại hơn, giải phóng năng lượng bằng cách cho con tham gia các môn nghệ thuật như đàn, hát, nhảy… Cho con gặp gỡ với những người con yêu quý, có nhiều kinh nghiệm sống như cô, dì… để con có cơ hội nói chuyện, tâm sự và nhận được những lời khuyên bổ ích, khách quan.

13Con tôi hay nói dối, tôi phải làm gì?

Tôi đã nghe nhiều bố mẹ than phiền là “con mình nói dối như cuội, không biết đâu mà lần”, “cảm giác con đang tuột khỏi vòng kiểm soát của mình”… Họ đối phó bằng cách tăng cường kiểm soát điện thoại, máy tính, lịch học của con nhưng không hiệu quả hoặc hiệu quả rất thấp. Nếu bố mẹ không phát hiện ra thì con càng được thể, cứ thế lấn tới, còn khi phát hiện ra có nhiều phụ huynh sẵn sàng đổ lên đầu con những trận quát mắng lôi đình. Chính điều này sẽ làm cho khoảng cách giữa hai bên rộng hơn.

Cái gì cũng có nguyên do của nó

Ở tuổi teen nhiều con bắt đầu nói dối. Nguyên nhân chủ yếu là do:

- Con nghĩ rằng khi bố mẹ biết được sự thật thì sẽ không ủng hộ, thậm chí sẽ quát mắng, trách phạt;
- Không thích bố mẹ can thiệp vào việc riêng mà chỉ muốn tự mình giải quyết;
- Từ bé đã hay nói dối;
- Thấy bố mẹ nói dối nên con cũng học theo.
- Một số trường hợp con nói dối vì muốn bố mẹ vừa lòng, ví dụ như khi con nói dối về điểm số…

Khi con ở độ tuổi này, nếu bạn áp dụng cách thức mang tính kiểm soát như nêu trên thì không hiệu quả, thậm chí là phản tác dụng. Cách thức phù hợp là làm sao để con thay đổi nhận thức, từ đó thay đổi hành vi hoặc kiểm soát một cách tế nhị. Tuy nhiên, bài viết này sẽ tập trung vào biện pháp giúp con thay đổi nhận thức vì nó là biện pháp chính, không chỉ hiệu quả trước mắt mà còn có tác dụng lâu dài, giúp con trở thành một người trưởng thành, biết chịu trách nhiệm, có lòng tự trọng…

Giúp con hiểu nếu nói dối, con sẽ khiến mọi người mất lòng tin

Khi con ở độ tuổi học cấp 2, cấp 3 nhận thức đã khá phát triển, lúc này bố mẹ hãy chú trọng giải thích phải trái, đúng sai, hậu quả việc làm không trung thực của con. Đó cũng là một biện pháp tâm lý tác động vào nhận thức, tình cảm, đạo đức của con để cho con tự thay đổi. Chẳng hạn khi con nói dối, nếu bị phát hiện con sẽ không còn nhận được sự tin tưởng của những người xung quanh như bố mẹ, thầy cô, bạn bè. Hiểu được tác hại đó, có thể con sẽ không dám tiếp tục nói dối vì sợ mọi người không yêu quý, bạn bè tẩy chay.

Trong cuộc sống hằng ngày, từ việc vệ sinh nhà cửa đến học hành, các mối quan hệ, bạn hãy khuyến khích con là người có trách nhiệm, nếu sai thì sửa, luôn sống thành thật. Mọi người trong gia đình cũng cần sống có trách nhiệm để làm gương. Sẽ khó thay đổi được con nếu như con phát hiện bạn là người không trung thực. Trong trường hợp bố mẹ rơi vào tình huống bắt buộc phải nói dối với mục đích tốt (như để tránh làm người khác bị tổn thương hoặc lo lắng quá…) thì khi có cơ hội thích hợp cũng cần giải thích cho con. Dạo con học lớp 7, có lần tôi dạy con về lòng trung thực, con bảo: “Mẹ toàn nói dối ông thôi, sao mẹ lại còn bắt con nói thật?”. Lúc đó, tôi mới giải thích với con: đúng là mẹ nhiều lần nói dối rằng đi công tác trong khi đang ở Hà Nội, nhưng vì dạo đó mẹ bị ốm, không vào thăm ông được mà nếu nói thật thì sẽ khiến ông lo lắng. Nghe vậy, con hiểu ra vấn đề nên không nói gì thêm.

Ngoài ra, bố mẹ cũng cần dạy con cách cư xử trong các tình huống phức tạp, nguy hiểm để tránh việc con không biết phải làm thế nào hoặc quá lo sợ nên đành nói dối mọi người. Ví dụ, nếu bị người xấu đe dọa, bắt phải nộp tiền, con hãy kể cho bố mẹ để có cách xử lý, chứ không nói dối, viện cớ này cớ kia để có tiền nộp cho chúng. Cha mẹ cũng nên giúp con hiểu rằng nếu có nhu cầu dùng tiền nhiều hơn bình thường thì cứ nói với gia đình. Bố mẹ sẽ xem xét, cân nhắc việc đó, còn con thì không nên nói dối để có tiền.

Giúp con hiểu bố mẹ luôn ở bên con

Khi học cấp 2, có dạo tôi rất nghịch ngợm nên có lần phải viết bản kiểm điểm, xin chữ ký của phụ huynh. Do sợ bố mẹ mắng nên tôi đã giấu nhẹm chuyện này và mạo chữ ký của bố để nộp cho cô giáo. Khi bị phát hiện, rất may bố mẹ đã không đánh mắng mà chỉ hỏi lý do, rồi phân tích đúng sai cho tôi hiểu. Bố mẹ cũng thông cảm với tôi khi thấy cách cư xử của giáo viên có điểm chưa hợp lý, khiến tôi chống đối bằng cách nghịch ngợm. Tôi đã rất xúc động vì điều đó và sau này không bao giờ tái phạm.

Chính kỷ niệm ấy đã giúp tôi rút ra bài học: Sự lắng nghe, khách quan, công tâm của bố mẹ rất quan trọng đối với con trẻ. Trong nhiều trường hợp, con nói dối là bởi lo sợ khi nói thật sẽ bị phạt. Do vậy, bố mẹ cần tạo cho con cảm giác an toàn và được thấu hiểu. Từ đó, con mới có tâm thế tốt để nhìn sự việc một cách khách quan, dễ nhận ra lỗi của mình.

Bây giờ với Minh Đức, tôi vẫn thường nói với con: “Có chuyện gì thì con cũng nói với mẹ nhé. Con yên tâm, mẹ sẽ không đánh mắng con. Dù mắc lỗi lớn đến đâu, dù phạm sai lầm thế nào thì bố mẹ vẫn yêu thương và sẽ tha thứ…”. Vì vậy, có chuyện gì ở lớp, con cũng về kể với mẹ.

Để con tự rút ra “bài học xương máu”

Đó chính là cách cho con được trải nghiệm, tự chịu trách nhiệm về hành động của mình. Cụ thể là, nếu thấy con nói dối, bạn cứ tảng lờ, coi như không biết. Đến khi con phải “trả giá” cho hành động của mình thì con sẽ tự rút ra bài học kinh nghiệm hoặc lúc đó thì bạn mới “nhỏ nhẹ lên tiếng”. Biện pháp này khá hiệu quả đối với các bạn tuổi teen và còn giúp bố mẹ đỡ phải nói nhiều, giải thích nhiều cho con – điều có thể khiến con thấy nhàm chán. Ví dụ, nếu con nói dối là đã cho quần áo đồng phục vào máy giặt để bố mẹ giặt thì mặc dù biết chắc chắn là con chưa làm, quần áo vẫn treo trên mắc, bạn vẫn nên kệ, coi như tin lời con nói. Để vài hôm, con hết quần áo mặc, bị phạt vì thiếu đồng phục thì con sẽ tự rút ra bài học không nên lười, không nên nói dối. Hoặc nếu muốn thì lúc đó, bạn chỉ cần đưa ra lời khuyên ngắn gọn là con sẽ hiểu được vấn đề.

Tránh làm con xấu hổ, mất thể diện

Thông thường, mọi người hay tập trung vào “bắt tận tay, day tận trán” hoặc truy xét đến cùng về việc nói dối khiến con phải nhận lỗi, xin lỗi, hứa không tái phạm. Mặc dù bạn vẫn có thể áp dụng biện pháp đó, nhưng cần lưu ý cách thức này nhìn chung không còn phù hợp với các con tuổi teen.

Bố mẹ chỉ nên sử dụng trong một số trường hợp khi chứng cứ rất rõ ràng. Lý do là vào độ tuổi này, trẻ nhạy cảm, có lòng tự trọng cao, dễ tổn thương nên nếu bị dồn đến cùng thì có thể con cũng phải nhận lỗi nhưng lại cảm thấy rất xấu hổ, đau khổ. Điều đó có thể khiến con hành động dại dột nhằm trốn tránh trách nhiệm hay giữ gìn danh dự. Thay vào đó, bố mẹ nên sử dụng những cách thức tế nhị. Ví dụ, nếu thấy tiền nhà mình bị mất, nhiều khả năng là con lấy thì bạn đừng hỏi luôn là: “Có phải con lấy trộm tiền của mẹ không?” vì nếu không đúng thì con sẽ cảm thấy bị xúc phạm, tổn thương do không được bố mẹ tin tưởng. Mà ngay cả đúng con lấy thì nhiều khi con cũng không dám thú nhận. Trong trường hợp này, bạn có thể nói rằng: “Mấy hôm nay mẹ tìm mãi mà không thấy một khoản tiền, không biết để ở đâu. Tiếc quá vì làm mãi mới có được nó, mà đó là tiền mẹ để dành để đóng tiền học cho con đấy… Chắc là mẹ tìm chưa kỹ, nó chỉ lẫn ở đâu thôi. Hy vọng hôm sau sẽ thấy”. Khi bị “đánh động” và với cách nói tác động vào tình cảm của con như vậy, biết đâu hôm sau con sẽ lặng lẽ để lại chỗ nào đó trong nhà.

Ngoài ra, không nên tranh luận nhiều vì một số con thông minh, biết che đậy dấu vết, nguỵ biện rất giỏi nên nếu bố mẹ cứ tập trung “đấu khẩu” với con thì “trận chiến” sẽ kéo dài và vô cùng căng thẳng.

Cho con có khoảng trời riêng

Thỉnh thoảng, gia đình tôi vẫn cho con tiền tiêu vặt phòng khi con đi học thêm bị đói hoặc trường hợp đột xuất phải đi xe ngoài. Tôi chỉ dặn con không được dùng tiền đó để chơi game, mua đồ ăn không tốt, còn đâu cho con tự chi tiêu, không kiểm soát, tra hỏi từng khoản con mua. Vì thế, con rất thoải mái, không nói dối hay lấy trộm tiền.

Trên thực tế, nhiều khi vì sự quan tâm thái quá của gia đình mà khiến con mất tự do. Con đành phải nói dối để vừa đáp ứng yêu cầu của mình, vừa khiến bố mẹ hài lòng. Vì vậy, bạn cần tin tưởng, dành cho con không gian riêng, quyền quyết định đối với một số vấn đề nhất định. Nếu không yên tâm, bạn có thể đề ra những nguyên tắc về việc học tập, vui chơi hay tiêu tiền…

Ngoài ra, bạn có thể giúp con hiểu rằng, niềm vui thực sự sẽ không đến từ việc nói dối. Con người ta có thể nói dối được người khác nhưng sẽ không tránh được hậu quả của việc nói dối. Con hiểu được điều đó sẽ thấy có trách nhiệm với mỗi lời nói của mình.

14Con tôi hay đòi hỏi, tôi nên làm gì để thay đổi cháu?

Thường thì việc con hay đòi hỏi liên quan đến cách gia đình giáo dục con từ bé. Ví dụ, từ nhỏ con đã hay “muốn gì được nấy”, được mọi người chiều chuộng, đáp ứng nhu cầu một cách gần như vô điều kiện, không được giáo dục về việc phải biết quan tâm đến mọi người… Vì vậy, đến độ tuổi teen con vẫn có thói quen hay đòi hỏi. Để thay đổi được con, bạn có thể áp dụng các cách sau đây:

Kiên định và kiên trì

Đối với mỗi thói quen, tính cách đều không dễ sửa, nhưng với việc con hay đòi hỏi thì càng khó khăn hơn vì các biện pháp áp dụng về cơ bản sẽ đánh trực tiếp vào quyền lợi của con, như bị giảm bớt những lợi ích mong muốn như đi chơi, mua sắm và có thể sẽ phải lao động nhiều hơn.

Lúc đầu, rất có thể bố mẹ sẽ gặp phải sự phản ứng, thậm chí là chống đối từ con. Nhiều gia đình thất bại vì đã sớm đầu hàng trước những phản ứng đó. Để thành công, không thể thiếu yếu tố kiên trì và kiên định của bố mẹ. Cần từng bước, từng bước một giúp con giảm dần sự đòi hỏi, biết quan tâm đến mọi người.

Bạn Hạnh cả tuần nay cứ nằng nặc đòi mẹ mua cho chiếc điện thoại smartphone. Mẹ của Hạnh đã giải thích lý do không mua được nhưng con vẫn kỳ kèo hết lần này đến lần khác, rồi giận dỗi, vùng vằng không ăn cơm. Bố xót con gái nên bảo với mẹ: “Hay là mình cứ mua cho êm chuyện đi em?”, nhưng mẹ kiên quyết không đồng ý. Mẹ đặt ra điều kiện là nếu Hạnh thi vào được trường cấp 3 tốt, thì mẹ sẽ thưởng cho một chiếc smartphone phù hợp. Một tuần, rồi đến hai tuần trôi qua vẫn không thấy mẹ thay đổi ý kiến, thế là Hạnh đành thôi, không đòi nữa, tập trung học, cố gắng thi vào trường cấp 3 thật tốt.

Từ chối cũng phải có cách

Bố mẹ có thể từ chối hoặc trì hoãn những đòi hỏi lớn của con (như điện thoại, xe đắt tiền) kèm theo lời giải thích cho con hiểu. Đồng thời, nên ra điều kiện rõ ràng như nếu con muốn được sở hữu một món đồ A thì phải đáp ứng điều kiện B của bố mẹ (như trong ví dụ của bạn Hạnh).

Để làm được như thế, yêu cầu bố mẹ phải rất nỗ lực, vượt khỏi mong muốn, thói quen che chở, chiều chuộng con. Không nên áp dụng cách thức cực đoan, đột ngột là từ chối tất cả các yêu cầu lớn, bé của con. Như thế sẽ khó đem lại hiệu quả vì khiến con thất vọng, dẫn đến việc con chống đối và làm không khí gia đình căng thẳng. Bạn cần bình tĩnh trước mọi phản ứng của con, không đấu khẩu mà phải kiên trì thực hiện ý định của mình, nếu không những lần sau con sẽ được đà, gây sức ép để đòi hỏi bằng được.

Khuyến khích con lao động để có kết quả

Ngoài việc yêu cầu con học giỏi để có thể "giật giải" là các phần thưởng thì bố mẹ có thể khuyến khích con chăm chỉ lao động. Muốn có được cái gì thì con sẽ phải bỏ sức lao động để có nó. Ví dụ, muốn có được xe đạp mới, con sẽ phải làm việc nhà nhiều hơn. Bố mẹ sẽ lập "bảng giá" cho từng công việc cụ thể. Đến khi làm đủ tiền, con có thể mua được thứ mà mình muốn.

Thay đổi con một cách gián tiếp

Khích lệ con biết quan tâm đến các thành viên trong gia đình. Ví dụ như khi bố mẹ đi làm về thì hỏi han xem ngày hôm nay bố mẹ có mệt không. Các con hay đòi hỏi thường thì trong một thời gian dài đã thiếu quan tâm đến mọi người. Vì vậy, có thể mới đầu, con làm chỉ vì bố mẹ yêu cầu, nhưng sau đó sẽ dần hình thành thói quen quan tâm thực sự. Bố mẹ nên tăng cường sự gắn kết gia đình, lôi kéo con làm cùng các việc nhà hoặc cho trải nghiệm công việc của bố mẹ với mức độ phù hợp để con biết bố mẹ vất vả như thế nào. Từ đó con sẽ hiểu, thương bố mẹ hơn và bớt đòi hỏi. Bố mẹ cũng nên quan tâm đúng mực, đừng quá lo lắng, chăm sóc, bao bọc,

mua quá nhiều đồ cho con trước cả khi con yêu cầu. Mục đích của việc làm này là để con hiểu được giá trị việc làm của bố mẹ.

Dạy con sống nhân ái, yêu thương mọi người. Trong cuộc sống hằng ngày, bố mẹ cũng nên định hướng con quan tâm đến các bạn có điều kiện kém hơn mình hoặc giúp đỡ những người xung quanh. Khi thấy rằng mình còn may mắn hơn rất nhiều người, thì con sẽ ít đòi hỏi hơn.

15Phải làm sao khi con tôi lì lợm, ít nói, rất khó bảo?

Nhiều gia đình hiện nay đau đầu, không biết cư xử ra sao đối với những trẻ cứng đầu, lì lợm. Một số con xuất hiện những biểu hiện này từ cấp 2. Ở mức độ nhẹ, các con khiến gia đình, thầy cô khó dạy bảo, nhưng nếu không biết cách giáo dục, có khả năng con sẽ trở thành học sinh cá biệt, hay đánh nhau và thậm chí trở thành “đầu gấu” của trường, lớp...

Tìm hiểu nguyên nhân

Những trẻ mà mọi người thấy khó nói chuyện thông thường là do chúng ta chưa biết cách tiếp cận chúng, chưa hiểu hoặc chưa đủ khiến chúng yêu quý, tin tưởng. Những đứa trẻ sống trong môi trường bạo lực, trải qua những tổn thương to lớn hay là được nuông chiều “có voi đòi tiên” hoặc không được quan tâm cũng dễ có đặc điểm tính cách như vậy. Khi bạn biết được điều đó thì sẽ có giải pháp cụ thể, phù hợp cho từng trường hợp. Tuy nhiên, vẫn có những nguyên tắc chung đối với việc giáo dục các trẻ thuộc nhóm tính cách này.

Nếu dùng bạo lực với con, cha mẹ sẽ thất bại

Vì có đặc điểm là lì lợm, “không biết sợ là gì” nên các con sẽ không sợ sự đe nẹt, doạ dẫm. Thậm chí, ngay cả khi bố mẹ đánh, con cũng không sợ. Có những trường hợp bị bố đánh đến gẫy roi, chảy máu nhưng con vẫn cứ trơ ra. Nếu bạn đuổi con hoặc làm điều gì quá mức, con sẽ sẵn sàng bỏ nhà đi. Đối với các con thuộc nhóm tính cách này, cha mẹ không được dùng bạo lực với con, kể cả bạo lực về thể xác hay tinh thần. Bạn sẽ có cảm giác bất lực nếu như dùng chúng. Bạn càng đánh, mắng, con càng lì, thậm chí có thể gây cho con những tổn thương trong lòng mà sau này rất khó gạt bỏ. Vì thế, bố mẹ phải thay đổi, biết kiềm chế những lúc khó chịu với con.

Ngoài ra, bạn đừng chú trọng yêu cầu con phải nhận lỗi, xin lỗi bởi lẽ có thể con đã nhận ra lỗi của mình nhưng với bản tính lì lợm, ít nói, con sẽ khó thú nhận. Thay vào đó, bạn có thể cho con cơ hội chuộc lỗi bằng các hành động cụ thể.

Sức mạnh của sự cảm hoá bằng yêu thương

Đối với các con có kiểu tính cách này, sức mạnh cảm hoá của tình yêu thương là rất lớn và hiệu quả, bởi lẽ trong các nguyên nhân nêu trên thì xét về sâu xa, chủ yếu là do con thiếu thốn tình cảm, thiếu sự quan tâm. Một minh chứng là trong nhiều trại giáo dưỡng, trại giam khi có giám thị, quản giáo tâm lý, quan tâm gần gũi hơn, nhiều con đã thay đổi được bản thân.

Nếu con tức giận, bạn nên đợi lúc con đã bình tĩnh hơn mới ngồi phân tích, nói chuyện với con. Có một số trẻ mặc dù ít giận dữ với cha mẹ nhưng lại có "sóng ngầm" lớn trong lòng, rất lì lợm, không nghe lời. Dù con thuộc nhóm nào thì cha mẹ cần chú trọng việc gần gũi, thể hiện tình yêu với con một cách rõ ràng hơn, khiến con cảm nhận được tình cảm đó. Bạn có thể tiến hành bằng nhiều cách như dùng lời nói "thú nhận" là bạn yêu con rất nhiều, luôn lo lắng cho con, đang buồn vì con…; hoặc hành động như chăm sóc bữa ăn, giấc ngủ cho con. Có khi, chỉ một lần thấy mẹ lên đắp chăn lại cho con vì sợ con lạnh cũng đủ khiến con xúc động. Nó có tác dụng hơn trăm nghìn lần đòn roi, những câu nhiếc móc.

Để con đỡ lầm lì, ít nói, bạn nên áp dụng cách thức giao tiếp với con[4] phần Nguyên tắc chung. Biết cách trò chuyện với con. Đồng thời, lưu ý thêm về việc bố mẹ phải giữ vai trò chủ động, tích cực, bởi lẽ các con lúc đầu sẽ ít nói, không hưởng ứng, nhưng khi thấy bố mẹ gần gũi thì có thể con sẽ cởi mở hơn. Bạn có thể chọn các chủ đề mà con quan tâm để nói chuyện hoặc bạn tâm sự về mình để tạo cho con cảm giác gần gũi. Khi con đã bắt đầu chịu nói, bố mẹ phải thật chăm chú, gợi mở câu chuyện để con nói nhiều hơn. Nếu con nói ra được những cảm xúc, bức xúc thì chứng tỏ bạn đã bước đầu thành công trong việc cảm hoá con.

[4] Tham khảo thêm phần Nguyên tắc chung; mục Biết cách trò chuyện với con; tr. 25

Giúp con mở rộng trái tim với mọi người

Một điều quan trọng con cần hiểu là sống trong gia đình hay ra ngoài xã hội, mọi người cần có sự mở lòng, thái độ xây dựng mối quan hệ. Nếu mình sai thì phải dám chịu trách nhiệm và sửa chữa. Đó mới là điều cần cho sự trưởng thành. Còn nếu con không hài lòng, hãy nói ra để mọi người biết và bàn cách tháo gỡ, chứ không được im lặng, giữ trong lòng và nhất quyết không nói, không thay đổi.

16Làm gì khi con tự ti về hình thể?

Xuân học lớp 9 rồi nhưng trông cô bé giống như đang học lớp 5. Con hay bị mọi người đoán nhầm tuổi vì vóc dáng bé nhỏ của mình. Điều này khiến con cảm thấy chán nản và hay kêu ca với gia đình. Khi ra ngoài, con rất ngại khi mọi người hỏi con đang học lớp mấy, bao nhiêu tuổi.

Ở độ tuổi teen, hình thức bản thân và thái độ của mọi người rất quan trọng đối với các con. Vì vậy, nếu chẳng may con có vẻ ngoài không được như các bạn, hay bị bạn bè chế giễu, thì con sẽ tự ti, mặc cảm.

Con ơi, “nội dung” mới là quan trọng!

Trong trường hợp con có khiếm khuyết về hình thể thì việc cho con tìm hiểu về cuộc đời những người khuyết tật thành công hoặc tham gia các câu lạc bộ của những người cùng cảnh ngộ sẽ khá hiệu quả. Bạn cũng có thể khuyến khích con tìm hiểu một số tấm gương người khuyết tật nhưng vẫn đạt được thành công trong cuộc sống, như nhà vật lý học Stephen Hawking hay như Nick Vujicic...

Bố mẹ cần gần gũi, giúp con hiểu hình thức không quan trọng bằng tâm hồn. Tính cách, tri thức, cách cư xử của con mới là quan trọng. Hình thức có thể chỉ có tác dụng tạo ấn tượng lúc ban đầu, còn việc quyết định mối quan hệ lâu dài hay không là phụ thuộc vào tính cách, trình độ của mỗi người. Hình thức không đẹp, thậm chí khiếm khuyết vẫn có thể thành công và khiến nhiều người ngưỡng mộ.

Nhắn con hãy tự tin vào mình!

Bố mẹ cần giúp con hiểu sự tự tin có thể tạo nên vẻ đẹp, sức hút của mỗi người. Mặc dù có những hạn chế về hình thể, nhưng con vẫn có những điểm đáng tự hào. Bố mẹ nên chỉ cho con thấy những

nét đẹp, thế mạnh của con. Đó có thể đơn giản là đôi tay thon thả hay là sự thông minh, dí dỏm… Con cần yêu quý bản thân, tập trung vào những điểm mạnh, đừng quá quan tâm đến điểm yếu của mình. Con có những điều mà các bạn xinh xắn không có được.

Ngoài ra, bố mẹ nên động viên con hoàn thiện bản thân mình, cân bằng tâm trí và học thật giỏi, chính những điều này sẽ giúp con thêm tự tin. Bạn nên tìm những cuốn sách viết về lòng quyết tâm, ý chí, nghị lực vươn lên trong cuộc sống để khuyến khích con đọc, chẳng hạn như cuốn Nơi nào có ý chí, nơi đó có con đường của Cynthia Kersey. Bên cạnh đó, bố mẹ cũng nên dạy con hay là cho con tham gia học các lớp làm đẹp để con biết cách che đi hoặc giảm bớt những khiếm khuyết của bản thân, chẳng hạn nếu con bị thấp quá thì không nên mặc váy xoè rộng. Giúp con biết cách phát huy những nét đẹp của mình, ví dụ mặc quần bó nếu như con có đôi chân thẳng.

Bố mẹ cần khuyên con chọn bạn mà chơi, hướng dẫn con nên tránh xa những bạn bè xấu, hay chế giễu người khác, chỉ nên chơi với các bạn tốt, biết chia sẻ và thông cảm với những khiếm khuyết của con. Bố mẹ có thể giúp con tìm cho mình ít nhất một người bạn thân ở lớp, điều này rất có ích đối với con vì tình bạn ấy sẽ giúp con tự tin hơn. Ngoài ra, phụ huynh có thể tham khảo các câu khác trong sách về tự tin nói chung vì phần trên chỉ chủ yếu tập trung vào việc giúp con tự tin về hình thức.

17Con tôi không chú ý đến hình thức bản thân, thậm chí là vệ sinh thân thể. Có cách nào để thay đổi tình hình?

Việc không để ý đến hình thức của mình thông thường do con có lối sống đơn giản (trường hợp này hay gặp ở các bạn trai) hoặc con đang có tâm trạng bất cần, chán nản. Nhưng nếu bố mẹ áp dụng đúng cách thì không phải quá khó để thay đổi tình hình của con.

Giúp con tìm hiểu về tầm quan trọng của hình thức

Tôi hay nói với con: “Khoa học đã chứng minh rằng khi giao tiếp, người ta chỉ mất chưa đến 7 giây là có ấn tượng về người đối diện thông qua vẻ ngoài của họ. Có những người tuy mới gặp nhưng đã tạo được cảm giác tin tưởng, thân thiết, muốn hợp tác, nhưng có người lại không.” Vì thế, khi đi ra ngoài, nhất là những chỗ đến lần đầu, bạn Minh Đức đã biết chú ý đến quần áo của mình, không ăn mặc tuềnh toàng, vô tư như ngày thường.

Bố mẹ cần giúp con hiểu rằng, sự quan tâm đến hình thức của mình như trang phục, vẻ mặt, đầu tóc… trong giao tiếp chính là sự tôn trọng mọi người. Khi tiếp xúc, tối kỵ là để hơi thở, cơ thể mình có mùi khó chịu. Nếu trong tương lai con định theo đuổi các ngành về thời trang hoặc giao thiệp thì yếu tố hình thức càng trở nên quan trọng. Con cần tập quan tâm đến vẻ ngoài của mình dần từ bây giờ, bắt đầu từ những việc cơ bản nhất là luôn giữ gìn cơ thể sạch sẽ, không ăn mặc lôi thôi, luộm thuộm không thì về sau khó thay đổi.

Dũng học lớp 11, con đã bắt đầu để ý đến một bạn gái cùng lớp. Nhưng con lại có thói quen ăn mặc, đầu tóc rất cẩu thả. Một hôm, bố cố tình nói một câu có vẻ bâng quơ để Dũng nghe thấy: “Hội con

gái đứa nào chẳng thích một thằng ‘ngon giai’!” Thế là từ đó, bạn ấy thay đổi, ăn mặc trông sạch sẽ, nom đẹp trai hơn hẳn. Trong trường hợp này, người bố đã đánh vào tâm lý thích được các bạn khác giới chú ý – một cách làm khá hiệu quả đối với các bạn tuổi teen.

Trở thành “người gác cổng” cho con

Bố mẹ nên khen ngợi khi con biết ăn mặc đẹp, nhắc nhở khi thấy con có hình thức chưa phù hợp. Mọi sự góp ý cần dựa trên thái độ tôn trọng vì nếu bố mẹ mắng mỏ, chê bai sẽ khiến các con đang ở độ tuổi “ương ương dở dở” này chống đối.

Cần đặt ra quy định rõ ràng như trước khi ra khỏi nhà, quần áo phải gọn gàng, sạch sẽ, không có mùi cơ thể.... Thỉnh thoảng cũng nên hỏi con xem bố mẹ mặc bộ này trông được không, đi đôi dép này có ổn không, qua đó, giúp con có quan niệm đúng về cái đẹp, nhận ra sự quan trọng của hình thức và giúp con hoàn thiện bản thân hơn.

Tháo gỡ nguyên nhân

Đối với trường hợp do tâm trạng bất cần, chán nản khiến con không để ý đến hình thức thì việc cần làm đầu tiên là tháo gỡ nguyên nhân. Từ đó, bố mẹ có thể tìm ra biện pháp phù hợp.

18Con tôi sống hình thức, hay thích chải chuốt. Tôi phải làm gì bây giờ để hạn chế điều đó?

Chị Minh bạn tôi kể, dạo này bạn Hoa – con chị hay đứng trước gương và mất hàng tiếng trong phòng tắm chỉ để tự tạo kiểu tóc hay xăm xoi mấy cái mụn trứng cá bé xíu, khác hẳn với cháu ngày thường.

Nhìn chung, việc quan tâm đến hình thức của bản thân là một điều tất yếu đối với các con đang ở tuổi teen. Đó cũng là yếu tố để con hình thành lòng tự trọng. Tuy nhiên, nếu con quá chải chuốt, không phù hợp với nội quy của trường và hoàn cảnh kinh tế của gia đình, con dễ trở thành người sống hình thức, đua đòi, ăn diện. Thậm chí, con còn có thể có những hành vi không tốt để đạt được mục đích thỏa mãn nhu cầu trưng diện của mình.

Trở thành chuyên gia làm đẹp gần gũi với con

Thấy con lại ngó ngó nghiêng nghiêng kiểu tóc của mình, chị Minh – mẹ Hoa nhẹ nhàng: "Để mẹ sấy lại tóc cho con nhé, chỗ đằng sau mẹ thấy chưa được đẹp lắm." Được mẹ quan tâm, Hoa thích lắm, từ đó bạn ấy tin tưởng tâm sự với mẹ nhiều hơn.

Cách làm này của chị Minh rất khôn khéo, thay vì cấm đoán, chị chọn cách làm bạn với con. Trong cuộc sống, cha mẹ hãy là người tư vấn công tâm cho con về cách làm đẹp phù hợp và chỉ cho con biết rằng làm đẹp bản thân là điều cần thiết. Bạn có thể cùng con đi mua sắm hoặc lên mạng chọn mẫu rồi khi con đồng ý mẫu, bạn sẽ đặt mua cho con. Như vậy, vừa đỡ thời gian của con, vừa tạo được niềm tin, sự gắn bó với con, dễ dàng định hướng cho con về mặt thẩm mỹ.

Nếu để ý, các bố mẹ sẽ thấy, ở độ tuổi này, các con hay bắt chước nhau. Nếu các bạn ăn diện thì cũng sẽ ảnh hưởng, tác động đến con. Do đó, việc chú ý đến các bạn con hay chơi và tình hình chung ở lớp là điều quan trọng. Bố mẹ cần gần gũi hơn với con để giúp con hiểu rằng con có thể làm đẹp theo trào lưu nhưng ở mức độ phù hợp.

Định hướng cho con

Bố mẹ cần giúp con hiểu nên làm đẹp ở mức độ nào là phù hợp. Để tránh con quan tâm thái quá đến hình thức, bố mẹ nên giúp con hiểu, bây giờ nhiệm vụ chính của con là học, nếu quá quan tâm đến hình thức thì sẽ ảnh hưởng đến việc học. Con cũng cần biết đâu là hành vi thái quá, cần phải tránh. Ví dụ, khi con mặc váy quá ngắn hay mất nhiều thời gian để chăm sóc da trong khi bài tập thì chưa làm… Về sau, khi đã trưởng thành, lúc đó con quan tâm nhiều về hình thức thì sẽ phù hợp hơn bây giờ.

Có những trường hợp vì con học hành không tốt, không thấy hứng thú với việc học nên trở thành để ý đến việc làm đẹp. Trong trường hợp này, phụ huynh cần giúp con học tập có kết quả hơn (xem các câu có liên quan ở chương sau).

Đối với những con có thiên hướng theo các ngành nghệ thuật như người mẫu, ca sỹ… hoặc con có ngoại hình đẹp, nhiều bạn chú ý thì nhiều khả năng, con sẽ quan tâm đến việc đầu tóc, ăn mặc hơn các bạn khác. Khi đó, bạn đừng nên “vùi dập” mạnh mẽ nhu cầu của con. Thay vào đó, nên dạy con biết đâu là “điểm dừng” hợp lý, khi đi học thì cần tôn trọng nội quy của trường, khi ra đường cũng nên ăn mặc sao cho phù hợp với độ tuổi và những chuẩn mực đạo đức chung.

Hướng con đến những giá trị sống cốt lõi, vẻ đẹp về nhân cách, trí tuệ. Bố mẹ nên thường xuyên khen ngợi những điểm đó ở con để con hiểu rằng, tuy hình thức cũng quan trọng nhưng cái đẹp bên trong mới là vĩnh cửu và quyết định chính đến tương lai của con.

19Con tôi sống vô cảm, thờ ơ, không quan tâm gì cả, tôi phải làm gì bây giờ?

Ngày cuối cùng của hạn nộp hồ sơ thi đại học sắp đến rồi mà Mạnh vẫn chưa quyết định được sẽ thi trường gì, mặc dù con học ở một trường cấp 3 có tiếng và học lực tốt. Ngày Chủ nhật, bác của Mạnh đến chơi và hỏi:

– Mạnh, cháu muốn vào trường nào?

– Cháu không biết.

– Bà nội ốm cháu đã hỏi thăm chưa?

– Cháu chưa.

Mạnh đã trả lời bác một cách miễn cưỡng, khó chịu. Đây chính là một biểu hiện của sự vô cảm. Nó không chỉ xuất hiện ở những gia đình thiếu quan tâm đến con mà ngay cả ở các gia đình quan tâm đến con nhưng chưa đúng cách cũng có. Liều thuốc nào có thể chữa được căn bệnh này?

Sự nguy hiểm của vô cảm

Ngày nay, khi nền kinh tế phát triển, mọi người càng lao vào kiếm tiền thì sự vô cảm lại càng phổ biến. Sự vô cảm không chỉ tồn tại trong mối quan hệ giữa cá nhân với xã hội, giữa người thân với người thân mà sự vô cảm còn tồn tại trong cách mà mỗi người tự đối xử với chính mình. Điều đó không thể giúp cho con người hạnh phúc và xã hội phát triển bền vững được.

Nguyên nhân của việc con trẻ có lối sống bàng quan, vô cảm có thể là do từ nhỏ con chỉ biết tập trung vào học tập, không được bố mẹ

chú ý hướng dẫn cách thức giao tiếp, không được trang bị tốt kỹ năng sống (như trường hợp của Mạnh), mọi người trong nhà ít quan tâm đến nhau, hoặc quá nuông chiều mà không yêu cầu con phải biết quan tâm đến mọi người, hay gia đình thiếu tôn trọng ý kiến của con nên con dần thờ ơ với mọi chuyện vì biết là nói cũng chẳng ai nghe. Thêm một nguyên nhân khác là nhà trường, xã hội cũng chưa có các hình thức phù hợp để lôi kéo giới trẻ vào các hoạt động tập thể hay sự sẻ chia, gắn kết với mọi người trong cộng đồng... Như vậy dần dần con sẽ sống không có mục đích, lý tưởng, không quan tâm đến ai, dẫn đến khả năng sa đà vào thế giới ảo. Những người có tính cách này thường sẽ bị cô đơn, khó thành công vì "muốn đi xa thì phải có đồng đội".

Vì vậy, điều cốt lõi ở đây là cha mẹ cần khơi gợi được sự quan tâm, động lực, mục tiêu sống của con. Tạo cho con một lối sống lành mạnh, tích cực, biết yêu thương, quan tâm đến mọi người. Cha mẹ cần "đánh thức" con người nhiệt huyết ở trong con bằng cách quan tâm, gần gũi con… (như các cách thức ở phần chung), đồng thời, chú ý giúp con có lối sống tích cực như có tâm trí khỏe mạnh, tìm được niềm say mê của mình, biết yêu thương chia sẻ với mọi người…

Giúp con có lối sống tích cực

Mẹ của Mạnh thay vì quát mắng, chị đã tìm cách động viên để con đi học đàn, tham gia hoạt động vì môi trường, tăng cường các hoạt động gắn kết gia đình… Một thời gian sau, nhờ sự kiên trì và quyết tâm của mẹ, khi gặp lại nhiều người không nhận ra Mạnh. Con nhanh nhẹn, học vẫn tốt nhưng biết quan tâm đến mình và mọi người, mọi thứ xung quanh. Đó là kết quả của việc con đã thay đổi, có lối sống tích cực hơn.

Con cần có một tâm trí khỏe mạnh. Nếu con đang nghiện game, mạng xã hội thì bố mẹ cần tìm cách giúp con khắc phục. Đừng để cho con ở nhà một mình với lượng thời gian rảnh rỗi lớn vì khi không có việc gì để làm, để chơi thì con sẽ tìm đến thế giới ảo. Hãy khuyến khích con tập thể dục, tham gia các hoạt động ngoài trời vì

khi thể chất được vận động, linh hoạt thì tâm trí con người cũng "khỏe mạnh" hơn, sống sâu sắc hơn.

Giúp con tìm được niềm say mê của mình. Khi Mạnh thờ ơ, không biết mình thích trường gì, nghề gì, mẹ đã tìm hiểu về các ngày hội hướng nghiệp, triển lãm ngành nghề và động viên con đến tham khảo. Mới đầu con không muốn tham gia, nhưng do mẹ kiên trì "dụ dỗ" nên con đã thay đổi. Khi đến tham quan gian trưng bày mô hình robot, con rất thích và sau này con đã quyết định sẽ theo ngành chế tạo robot.

Có một cách khác mà các cha mẹ có thể vận dụng là nhớ lại trước đây con đã thích gì. Có thể đấy là điều con thực sự thích, nhưng vì bố mẹ phản đối, vì mải học hay vì lý do gì đó đã khiến con quên đi. Hãy đánh thức những gì còn tiềm ẩn bên trong con. Khuyến khích con sống hết mình, quan tâm đến bản thân để hiểu mình là ai, mình thích gì. Cũng cần giúp con hiểu được sự thú vị, vai trò của các ngành, lĩnh vực. Nhiều khi con không thích ngành nào đó có khi là do con chưa khám phá được vẻ đẹp, sự hấp dẫn của nó. Nếu chưa tìm được ra hoặc muốn con hiểu hơn khả năng của mình thì khuyến khích con thử trải nghiệm ở nhiều lĩnh vực khác nhau để khám phá được đâu là sự yêu thích của mình.

Sau khi phát hiện được điều con yêu thích, cha mẹ hãy từng bước giúp con tham gia các hoạt động liên quan, trên cơ sở đồng thuận của con. Cha mẹ có thể thuyết phục nhưng không nên ép con, vì nếu bị ép quá con sẽ thu mình vào vỏ ốc thì bố mẹ lại bị khó hơn nhiều so với lúc ban đầu.

Giúp con biết yêu thương, chia sẻ với mọi người. Muốn vậy, bố mẹ cũng cần sống lành mạnh, quan tâm đến nhau và quan tâm đến con nhiều hơn. Bố mẹ giúp con nhận biết được tình cảm, tâm trạng của mình và mọi người. Nhiều con sống trong gia đình mà bố mẹ bận rộn, thiếu sự quan tâm thì có thể khiến con chìm đắm trong thế giới riêng của mình, dễ dẫn đến vô cảm.

Gia đình nên thường xuyên nói chuyện về thời cuộc, tình hình của giới trẻ, xu hướng xã hội… Điều này giúp kéo con về thực tại, hiểu

được điều gì đang diễn ra xung quanh, tăng cường gắn kết gia đình, chứ không bị đơn độc một mình trong thế giới của riêng con.

20Con tôi không thích hoạt động xã hội. Có cách nào để thay đổi cháu không?

Tú và Tuấn là hai anh em ruột nhưng mỗi người một tính. Tú thì hướng ngoại, và rất thích tham gia các hoạt động xã hội. Còn với Tuấn thì đây lại là một cơn ác mộng. Khi phải tham gia, con thấy mình lạc lõng giữa đám đông, thậm chí còn thấy mình vô duyên, mất thời gian.

Thông thường, các con không thích tham gia hoạt động xã hội có thể là do tính nhút nhát, ngại đám đông, khó làm quen, hoặc con chưa thấy sự hấp dẫn, cần thiết của việc tham gia các hoạt động đó trong khi có nhiều việc khác để làm, để chơi.

Bốc thuốc theo bệnh

Muốn thay đổi được con, trước tiên bố mẹ phải biết nguyên nhân là gì.

Nếu do con chưa thấy sự hấp dẫn của hoạt động thì bố mẹ hãy chịu khó tìm tòi và cùng con trao đổi về các sự kiện phù hợp với sở thích, tính cách của con. Ví dụ, bố mẹ thấy con thích chơi piano, violon thì hãy cho con đi tham gia các sự kiện mà có buổi hòa nhạc, như thỉnh thoảng ở phố đi bộ Hồ Gươm có tổ chức hoà nhạc ngoài trời.

Bố mẹ cũng có thể sử dụng "hiệu ứng đám đông" để giúp con, chẳng hạn cho con tham gia các sự kiện thật hay, nhiều người muốn tham gia như các đại nhạc hội có sự tham gia của nhiều ngôi sao con thích.

Trong trường hợp con chưa thấy sự cần thiết của việc này thì bố mẹ nên phân tích cho con hiểu tại sao con cần tham gia. Thông tin càng

có tính hấp dẫn, cụ thể thì càng dễ thuyết phục con.

Tuấn có ước mơ đi du học Mỹ. Sau khi được mẹ cho biết việc tham gia các hoạt động xã hội cũng là một cách để nâng tính thuyết phục của hồ sơ và con có thể hòa nhập với cuộc sống du học sinh sau này con đã hăng hái hơn hẳn. Con chủ động vào mạng để tìm hiểu và đăng ký các sự kiện.

Nếu do con ngại đám đông: Bố mẹ tìm các sự kiện phù hợp với sở thích của con hoặc cho con hiểu về sự cần thiết của hoạt động để con có hứng thú tham gia các hoạt động xã hội.[5]

[5] Tham khảo thêm *câu 2: Làm gì khi con quá hiền lành, dễ bảo, khi ra ngoài thì nhút nhát, ngại giao tiếp*; tr. 38

Duy trì thói quen

Đối với các con không thích tham gia các hoạt động xã hội thì việc khó khăn nhất là lần đầu tiên “kéo” được con đi sự kiện. Sau đó, cần duy trì thói quen thường xuyên và hứng thú cho con thì mới có thể phát huy hiệu quả.

Bố mẹ có thể đăng ký cho con tham gia các câu lạc bộ có hoạt động được tổ chức định kỳ để hình thành thói quen. Ngoài ra bố mẹ cũng có thể giúp các con tự hình thành một nhóm bao gồm các anh chị em trong họ hàng hoặc cùng các bạn rồi khuyến khích các con lên lịch để thực hiện đều đặn.

21Tôi nên làm gì khi con tôi không muốn tìm hiểu kỹ năng sống?

Ngày trước, Minh Đức dù bạo dạn nhưng chơi với bạn chưa được ổn, kỹ năng thuyết trình và một số kỹ năng khác cũng chưa được như ý. Đến nay con đã cải thiện được đáng kể tình hình. Có được kết quả đó là do sự kiên trì và nỗ lực của bố mẹ trong cả một quá trình dài.

Muốn thành công thì không thể thiếu kỹ năng sống

Theo Tiến sĩ Tony Wager – đồng giám đốc của Change Leadership Group của Đại học Harvard (bài đăng trên báo điện tử Afamily ngày 10/1/2018) thì "để con tồn tại được trong môi trường làm việc của tương lai", con cần có 7 kỹ năng mềm sau:

– Tư duy phê phán và khả năng giải quyết vấn đề;

– Khả năng hợp tác và lãnh đạo bằng sức ảnh hưởng;

– Sự nhạy bén và khả năng thích ứng;

– Sáng tạo và dám mạo hiểm;

– Biết giao tiếp tốt bằng cả lời nói lẫn ngôn từ viết;

– Biết cách tiếp cận và phân tích thông tin;

– Có óc tò mò và trí tưởng tượng.

Tuy nhiên, có vấn đề là nhiều con lại không thích tìm hiểu về kỹ năng sống. Thông thường, các con sống đơn giản thì sẽ không quan tâm đến điều đó. Ngoài ra, có thể do con bận rộn, mải học,

quyết tâm đạt điểm cao, không muốn dành thời gian cho việc khác hoặc do con là người hướng nội nên ngại đến chỗ lạ như các lớp kỹ năng sống. Tóm lại, nguyên nhân chủ yếu là do con không thích hoặc chưa thấy sự cần thiết của việc phải có kỹ năng sống. Vì thế, bố mẹ cần cho con biết tầm quan trọng và sự thú vị của việc học kỹ năng sống đối với việc học hiện tại cũng như tương lai sau này của con.

Đối với Minh Đức, tôi hay kể về việc các bạn ở nước ngoài được học kỹ năng sống như thế nào. Có những khi đang xem vô tuyến, tôi khen: “Chú ấy bảo vệ ý kiến của mình hay thật đấy bởi vì ở nước ngoài các học sinh được học thuyết trình từ sớm và được thực hành thường xuyên” hoặc có khi tôi nói: “Việt Nam mình mặc dù người dân thông minh, nhưng đất nước lại không giàu vì không biết làm việc nhóm, cái tôi của mỗi người lớn quá”… Mỗi ngày một ít, những câu nói đó đã tác động đến con, khiến con hào hứng khi học về kỹ năng sống.

Cho con đi học các lớp kỹ năng sống

Bố mẹ nên cho con đi học các lớp kỹ năng sống. Trong trường hợp con chưa thoải mái lắm, bố mẹ có thể sắp xếp thời gian để cả hai mẹ con/bố con cùng tham gia. Khi tham gia lớp học đầu tiên dạng này, Minh Đức cũng ngại ngại, vì thế tôi đã tham dự cùng con mấy buổi đầu để con tự tin. Sau đó, khi con đã quen lớp, tôi mới để con đi học một mình.

Khuyến khích con rủ thêm các bạn, anh chị em đi học cùng để cảm thấy hứng thú hơn. Lớp học cần do các tổ chức, cá nhân uy tín tổ chức, như vậy mới bảo đảm chất lượng, khiến con có hào hứng học.

Giúp con tiếp tục rèn luyện sau khi kết thúc các lớp học

Một nghiên cứu nổi tiếng của bác sỹ Maxwell Waltz chỉ ra rằng con người cần ít nhất 21 ngày để hình thành một thói quen. Còn nghiên cứu của Philippa Lally và các cộng sự của trường University College London đã cho rằng con số này là 66 ngày. Các nhà nghiên cứu ghi

nhận sự khác nhau về thời gian trong việc hình thành các thói quen khác nhau là từ 18 ngày đến 234 ngày (theo bài “Hình thành một thói quen mất bao lâu?” đăng trên báo điện tử khoahoc.tv). Còn các lớp học về kỹ năng sống thông thường là một vài ngày hoặc lên đến một tuần. Như vậy, có thể nói, số ngày theo học các lớp kỹ năng chủ yếu không đủ để hình thành thói quen cho các con. Và tất nhiên, nếu sau khi học xong mà không tạo môi trường cho con tiếp tục rèn luyện thì con sẽ mau quên. Vì vậy, bố mẹ cần tiếp tục nhắc nhở, dạy con về các kỹ năng cần thiết. Ngoài ra, có thể khuyến khích con tự đọc các sách hoặc tìm hiểu các bài viết, video trên mạng (có sự kiểm soát của bố mẹ nếu bố mẹ sợ con vào phải các trang web không lành mạnh) về kỹ năng sống.

Đối với các kỹ năng không sử dụng thường xuyên trong cuộc sống hằng ngày như kỹ năng thoát hiểm khi đi rừng, kỹ năng thoát khỏi đám cháy… thì cha mẹ cũng nên thỉnh thoảng nhắc lại hoặc cho con đi học lại để cho con nhớ.

Bố mẹ cũng có thể làm gương cho con, dạy con các kỹ năng sống. Đây cũng là đáp án cho câu hỏi có nên tham gia các lớp học về kỹ năng sống hay không. Nếu con không thể tham gia được thì bố mẹ sẽ đảm nhiệm việc đó. Bố mẹ tự tìm hiểu hoặc từ các trải nghiệm của chính bản thân, sẽ dạy con từ từ từng ít một qua chính cuộc sống hằng ngày. Tuy nhiên bố mẹ cần chú ý đến cách truyền đạt để sự chia sẻ mang tính tâm tình, thân thiết, có sức thuyết phục, dễ hiểu chứ không phải là giáo điều, lên lớp.

22Phải làm sao khi con tôi quá luộm thuộm?

Minh Đức đến bây giờ đã bỏ được thói quen vứt giầy dép lung tung nhờ chiêu thức “tàn nhẫn” của mẹ. Con có một đôi dép và một đôi giày, tôi bảo: “Con mà không để gọn gàng là mẹ cho cả hai đôi ra đường ở đấy”, “Vâng, không sao!”, con trả lời rất tự tin, nhưng từ đó con có ý thức cất giày dép đỡ lộn xộn hơn do phải cảnh giác vì sợ mẹ cho chúng “ra đường ở”.

Một ngày, cậu xuống nhà, tìm không thấy dép, liền hỏi: “Mẹ ơi, dép con đâu hả mẹ?”. Tôi tỉnh bơ nói: “Ra đường rồi con, mẹ đã nói rồi mà. Mẹ thấy con để dép một chiếc ở gầm cầu thang, một chiếc ở chân bàn ăn.” Đức mặt thoáng tần ngần, nhưng rất tự tin nói: “Không sao, con vẫn còn đôi giày”. Nhưng từ đó, con cẩn thận hơn hẳn. Đi về đến nhà, giày để rất ngăn nắp vì chỉ sợ với tính “nói là làm” của mẹ thì có ngày nó cũng ra đường ở nốt. Và con sẽ phải đi chân đất mà đi học.

Nhìn chung, các con tuổi này vẫn chưa thấy được tầm quan trọng của việc ngăn nắp, gọn gàng. Các con chỉ cảm thấy thoải mái khi được sống tự do, làm theo ý mình, không phải dọn dẹp, đỡ mất thời gian, công sức. Đó là nguyên nhân chính dẫn đến việc Minh Đức và nhiều bạn ở lứa tuổi teen bừa bộn. Tuy nhiên, nếu giữ lối sống này thì sẽ dẫn đến những hậu quả không tốt trong học tập và cuộc sống. Khi con luộm thuộm, bạn có thể áp dụng các biện pháp sau:

“Con phải tôn trọng nội quy của gia đình”

Phòng của Đức nhiều khi rất bừa bộn. Có lần tôi định dọn dẹp hộ nhưng con lại khó chịu vì cho rằng đây là không gian riêng, con muốn làm gì thì làm, bố mẹ không được xâm phạm. “Ừ, đúng là phòng của con, mẹ sẽ không dọn hộ nhưng không phải là muốn làm gì trong đó thì làm vì phòng của con nhưng ở nhà của bố mẹ nên

con phải tôn trọng và trong nhà phải giữ gìn gọn gàng, sạch sẽ.", tôi nói. Nghe thế, con đành im lặng và từ đó đỡ bày bừa hơn hẳn, không cãi nữa vì con hiểu rằng mình cần tôn trọng nội quy của gia đình.

Ngoài ra, bố mẹ nên giải thích về tầm quan trọng của lối sống này đối với việc học tập và cuộc sống của con bây giờ cũng như về sau, tránh việc dọn dẹp hộ rồi luôn miệng ca cẩm vì không hiệu quả lắm mà khiến cả nhà đều mệt mỏi.

Niềm vui nhớ lâu, đòn đau nhớ đời

Hãy cho con trải nghiệm, tự rút ra các bài học sâu sắc về lối sống của mình qua hai hình thức dưới đây:

Hình thức thứ nhất là trải nghiệm theo hướng con phải "trả giá", có những bài học "nhớ đời" về hậu quả của việc bừa bộn. Ví dụ như nếu thấy trong phòng con có những đồ đạc quan trọng có thể bị lẫn, mất do bừa bộn, bố mẹ hãy kiềm chế bản thân, đừng cất, dọn hộ. Để rồi vài hôm sau con tìm mãi không ra, bố mẹ mới nói rằng bố (mẹ) đã nhìn thấy nhưng không cất hộ vì muốn để con rút kinh nghiệm lần sau. Thậm chí nếu bạn nhìn thấy cốc nước con để ngay đầu giường, có thể đổ làm ướt giường, sách vở thì cũng cứ kệ. Đến khi nó bị đổ, thấy đồ đạc ướt bẩn thì con mới "ngấm". Cách này tôi hay áp dụng đối với con và thấy khá hiệu quả.

Hình thức thứ hai là trải nghiệm theo hướng tích cực. Hãy cho con đến chơi những nhà có bạn cùng độ tuổi mà phòng ngủ sạch, đẹp để con thấy thích. Hoặc là bố mẹ cùng con trang trí lại phòng theo ý của con, rồi khuyến khích con giữ gìn phòng sạch sẽ, gọn gàng để giữ được vẻ đẹp của căn phòng mới.

Đồng hành cùng con

Bố mẹ cần giúp con dần hình thành thói quen gọn gàng, ngăn nắp. Có thể là cùng lên lịch với con về việc dọn dẹp cuối tuần. Để cho con đỡ ngại việc, thì mới đầu bố mẹ có thể thực hiện cùng con. Sau

đó, để con tự làm và có trách nhiệm dọn dẹp hằng ngày trước khi đi ngủ.

Ngoài ra, có một cách thức khác khá hiệu quả đó là khích lệ con thông qua sở thích và ước mơ của con: Nếu con định theo nghề có liên quan đến thẩm mỹ ví dụ như mỹ thuật thì hãy khích lệ con giữ sao cho phòng đẹp vì một người nghệ sĩ thì trước tiên phải biết làm đẹp phòng mình. Nếu muốn làm sĩ quan quân đội, công an thì hãy cho con đi thăm quan các doanh trại quân đội, trường an ninh, cảnh sát… để thấy được các chú giữ phòng ngăn nắp thế nào. Qua đó, con sẽ có xu hướng học tập theo để được giống các chú.

Minh Đức rất thích quân đội, vì thế tôi hay nhắc đến khẩu hiệu “kỷ luật, trách nhiệm” của Học viện quân sự Westpoint của Mỹ. Ngoài ra, cho con đọc cuốn sách về tỷ phú Ted Turner, người sáng lập ra kênh CNN, một cựu học viên quân đội và cuốn “Để con trai mạnh mẽ và thành công” – cuốn sách tái hiện cách giáo dục của Học viện quân sự Westpoint để con thấy được môi trường quân đội cần sự ngăn nắp như thế nào. Từng biện pháp nhỏ đó đã dần tác động, khiến con thay đổi.

23Con tôi hay tùy tiện, chậm trễ, thiếu tự giác, tôi nên làm gì để con sống có kế hoạch hơn?

Mạnh Trường cũng giống như nhiều bạn ở tuổi teen, nhất là teen nam, trước đây con có lối sống khá tự do. Nguyên nhân chính là do con vẫn ở độ tuổi ham chơi, thích bay nhảy, không muốn bị gò bó và chưa thực sự “ngấm” mức độ quan trọng của việc sống có trách nhiệm, có kế hoạch. Sau một thời gian gia đình áp dụng nhiều biện pháp, đến nay con đã cải thiện được khá nhiều hạn chế này.

Giúp con hiểu được vấn đề

Mấy năm nay Mạnh Trường đã hiểu việc lên kế hoạch và quyết tâm thực hiện được kế hoạch là những kỹ năng cần thiết giúp con thành công trong học tập và cuộc sống sau này. Nếu có kế hoạch, con sẽ chủ động, tiết kiệm được thời gian, công sức, tiền bạc. Ví dụ, khi có đề cương ôn tập học kỳ, nếu con chia ra mỗi ngày làm mấy bài cụ thể thì sẽ giúp con hoàn thành nhiệm vụ một cách chủ động và hiệu quả hơn. Vì vậy, để giúp con khắc phục lỗi sống tùy tiện đầu tiên cha mẹ cần giúp con hiểu được hậu quả của lối sống tự do, tác dụng của việc có kế hoạch.

Có một điểm lưu ý rằng, nếu con càng sống có trách nhiệm, ý chí và khát vọng thì việc bạn dạy con về lối sống có kế hoạch sẽ càng thuận lợi, bởi vì khi đó, bạn đã giải quyết được một nguyên nhân mấu chốt của vấn đề, đó là việc con sống tự do, thiếu ý thức.

Đồng hành cùng con

Bố mẹ hãy cùng con lên kế hoạch và kiên trì giúp con thực hiện điều đó. Kế hoạch cần cụ thể, chi tiết, thưởng, phạt rõ ràng. Bố mẹ cần chú ý để con thực hiện nghiêm túc, hạn chế việc điều chỉnh. Kế hoạch phải được đề ra thường xuyên và thực hiện trong một thời

gian dài thì mới hình thành thói quen được. Maxwell Maltz - một bác sĩ phẫu thuật thẩm mỹ, vào những năm 1950 đã chứng minh rằng, mất ít nhất 21 ngày để có thể hình thành được một thói quen.

Có tổng kết hàng tuần. Thời gian đầu, khi chưa hình thành thói quen, vai trò đồng hành của bố mẹ là rất quan trọng. Bố mẹ đôn đốc, nhắc nhở, động viên để con hoàn thành kế hoạch đề ra. Có thể dành hẳn cuốn sổ hoặc lập file để theo dõi việc thực hiện hằng ngày.

Lôi kéo con

Bố mẹ cũng nên có những kế hoạch của bản thân và gia đình. Hãy cho con tham gia vào việc lập, thực hiện kế hoạch đó với mức độ phù hợp. Đồng thời, mọi người trong gia đình cũng phải quyết tâm thực hiện, thường xuyên trao đổi với nhau về tiến độ, kết quả thực hiện.

Mạnh Trường thường xuyên được nghe mẹ kể và được đóng góp ý kiến vào các kế hoạch, ngay cả đối với công việc của mẹ. Đối với các kế hoạch chung của gia đình như đi chơi, mua sắm, gia đình cũng hỏi và tôn trọng ý kiến của con. Nhờ vậy, con thấy quen với việc sống có kế hoạch.

Bố mẹ để con tự rút ra bài học

Để giúp con sống có kế hoạch thì bạn cần biết “buông” để con phải “trả giá” khi không biết chuẩn bị, dự liệu trước. Ví dụ, nếu con không chịu chuẩn bị sách vở vào buổi tối trước hôm đi học thì bạn không nhắc nhở, để đến khi con bị quên vài lần thì sẽ tự biết rút kinh nghiệm.

24Con tôi học giỏi nhưng rất kiêu ngạo. Tôi nên làm gì?

Bạn Thuỳ Linh học giỏi lắm, nhưng cũng rất kiêu ngạo. Tuy nhiên, đến khi con học lớp 11 thì đỡ hẳn. Nguyên do là vì gia đình đã áp dụng một cách giáo dục hợp lý.

Giúp con nhìn nhận khách quan về mình

Chú ý lời khen, phần thưởng dành cho con. Trước đây bố mẹ Thuỳ Linh cũng hay “hồn nhiên” khen mỗi khi con đạt thành tích, nhưng sau đó phát hiện ra chính điều đó khiến con trở nên kiêu căng, tưởng rằng mình như thế là nhất. Vì thế, gia đình đã thay đổi, áp dụng nguyên tắc khen như sau:

- Khen sự nỗ lực của con, cũng có thể khen kết quả, nhưng không nên thái quá. Ví dụ, chỉ nói: “Mẹ rất vui vì con đã cố gắng và đạt được kết quả cao” mà không nói: “Con mẹ siêu quá, đúng là “nhất quả đất”, các bạn khác làm sao bằng con mẹ được” nhiều khi chỉ là câu nói vui nhưng hóa ra rất tai hại.

– Lời khen phải phù hợp với kết quả con đạt được, không nên quá lời. Ví dụ như không nên nói rằng: “Kết quả con thi Tiếng Anh thế này thì chắc chắn sẽ đạt học bổng du học”, trong khi điểm IELTS của con là 7.0. Bởi vì điểm số đó cũng thuộc diện cao nhưng mới chỉ có khả năng đạt học bổng chứ không phải là “chắc chắn”.

– Khi khen con, không nên “dìm hàng” người khác hoặc tỏ vẻ hả hê. Ví dụ như: “Con đạt điểm thế này thì các bạn ở lớp có mà lác mắt”.

– Nhắc nhở con không nên chủ quan, ngủ quên trên chiến thắng hay tỏ ra kiêu ngạo, coi thường các bạn không có được thành tích như mình.

– Dạy con lối cư xử văn hóa của người chiến thắng, như khi thi xong, đến bắt tay với các bạn khác cùng thi như trong các chương trình thể thao trên vô tuyến…

Phần thưởng tặng con mỗi khi đạt được thành tích cao không nên giá trị quá, mà chỉ nên mang ý nghĩa tinh thần, khích lệ, động viên. Nếu đó là đồ rất giá trị, con sẽ có thể từ chỗ tự hào mà chuyển thành kiêu căng, tự phụ với các bạn – những người không được tặng đồ như thế.

Cho con thấy cả những điểm hạn chế của mình. Những người kiêu ngạo thường cho mình là hoàn hảo hoặc họ thấy những điểm hạn chế của mình là rất nhỏ so với thành tích, khả năng của họ. Vì vậy, bố mẹ Thuỳ Linh đã cho con hiểu “nhân vô thập toàn”, không ai hoàn hảo cả. Con và mọi người cũng vậy. Con có những hạn chế có thể gây khó chịu, ảnh hưởng đến người xung quanh hoặc đến tương lai của con. Con cần hoàn thiện mình. Các bạn cũng có những điểm mạnh mà con cần học tập.

Bố mẹ cần chỉ ra những hạn chế này một cách cụ thể và bằng cách nói chuyện từ tốn, phân tích để giúp con nhận ra và dần khắc phục. Trong khi nói chuyện, chú ý giúp con hiểu rằng, việc chỉ ra những hạn chế đó không có nghĩa là bố mẹ phủ nhận những khả năng tốt của con, mà chỉ là giúp con trở nên tốt hơn. Nếu không áp dụng cách này thì có thể với bản tính kiêu căng, con sẽ khó chịu và bỏ ngoài tai những điều bố mẹ nói.

Tạo điều kiện cho con tăng cường làm việc nhóm

Gia đình Thuỳ Linh đã cho con tham gia nhiều câu lạc bộ có các hoạt động nhóm. Khi làm việc nhóm, con sẽ thấy rằng, không ai có thể tự làm tốt mọi việc, mình không phải là “cái rốn của vũ trụ”, các bạn cũng có những ưu điểm mà con không có. Ví dụ, con có thể giỏi viết nội dung nhưng khả năng thuyết trình lại không bằng bạn khác. Vì thế, mọi người cần hợp tác, hỗ trợ lẫn nhau. Mặt khác, trong quá trình làm việc, các con sẽ tự nhắc nhở, điều chỉnh nhau. Bố mẹ có thể không phải tác động gì mà con lại có thể thay đổi một cách tự giác.

Khuyến khích con tham gia các kỳ thi

Đây cũng là một cách giúp con hiểu mình không phải là "vô đối", dù con giỏi nhưng vẫn còn có người giỏi hơn. Ví dụ, con đạt giải nhì thì chứng tỏ con còn kém bạn giải nhất. Khi con đạt giải quận thì còn giải cấp tỉnh, toàn quốc, quốc tế con cần chinh phục.

Tuy nhiên, để con hiểu được vấn đề đó thì vai trò của bố mẹ rất quan trọng bởi vì nếu không, với bản tính kiêu ngạo, có thể con chỉ nghĩ rằng mình đã vào đội tuyển, đã đoạt giải, như vậy là hơn rất nhiều bạn. Vì thế, cha mẹ hãy dạy con cách nhận thức đúng về bản thân và những người xung quanh, tránh kiêu căng nếu đạt được thành tích nào đó.

Mặt khác, cũng nên lưu ý trường hợp con đi thi không đạt giải hoặc đạt giải không như mong muốn khiến rơi vào tâm trạng buồn chán, thất vọng. Lúc này, cha mẹ chỉ cần động viên, an ủi, khích lệ con mà không cần phải phân tích, giảng giải để con đỡ kiêu ngạo, bởi lẽ khi đó con đang tâm trạng không tốt và kết quả đó đã là một thực tế khiến con cần phải soi lại mình.

Khuyên con học tập những người khiêm tốn

"Những người giỏi lại là những người khiêm tốn. Bể kiến thức của nhân loại là vô cùng", bố Thuỳ Linh đã nói với con như vậy. Khi giúp con hiểu sâu sắc điều này, con sẽ không bị tự mãn với kết quả đạt được.

Ngoài ra, bố mẹ còn chỉ cho thấy tấm gương những người vĩ đại như Bác Hồ, Bill Gates, Mark Zuckerberg lại là những người có cuộc sống giản dị, khiêm tốn, biết quan tâm và yêu thương mọi người.

25Phải làm sao khi con tôi có lối sống thích thể hiện?

Thạch học lớp 11, bố mẹ là công chức, thu nhập bình thường, nhưng con lúc nào cũng ăn mặc chải chuốt, đòi bố mẹ mua cho xe máy điện xịn, chứ không chịu đi xe đạp. Còn Dung là cô bé lớp 9, bố mẹ chia tay, con ở với mẹ. Mẹ Dung làm ở công ty nước ngoài, thu nhập cao, tối thường hay đi làm về muộn. Con thường xuyên thay giày mới, cũng nổi tiếng về độ chịu chơi, chi tiêu rất thoải mái.

Thạch và Dung là hai điển hình của lối sống thể hiện ở tuổi thiếu niên. Các con thường biểu hiện qua việc thích ăn diện, chải chuốt, thích chơi với các bạn nhà giàu, sành điệu, hay chém gió, cố tình thể hiện gia cảnh là khá giả…

Tuổi dậy thì – lứa tuổi thích thể hiện

Ở độ tuổi teen, các con có nhu cầu được khẳng định bản thân, được tôn trọng. Tuy nhiên, một số con có biểu hiện thái quá, dần hình thành lối sống thích thể hiện. Có thể con cũng không ý thức được tác hại của nó, mà đơn giản là thấy thích thú vì được bạn bè chú ý, ngưỡng mộ. Cũng có thể con cô đơn, muốn dùng cách đó để mọi người quan tâm hơn, như ví dụ về bạn Dung, hoặc con muốn chối bỏ hoàn cảnh gia đình. Theo cách nghĩ của con lối sống thể hiện là cách để đạt đến cuộc sống mong muốn một cách dễ dàng và nhanh nhất. Ngoài ra, còn có lý do là gia đình có điều kiện, con có tiền để tiêu xài. Nếu không sớm điều chỉnh thì lối sống này sẽ dẫn đến hậu quả là chạy theo vật chất mà bất chấp tất cả, đua đòi, a dua…

Giá trị của con người là gì?

Sau khi được cô chủ nhiệm thông báo về sự thay đổi của con dạo gần đây, mẹ của Thạch đã nói chuyện, giúp con hiểu thế nào là giá

trị thực chất của mỗi người. Đó chính là những yếu tố như trình độ, nhân cách, lối sống, cách cư xử phù hợp với mọi người. Thạch đến bây giờ, lên đại học rồi nhưng vẫn nhớ đến câu nói của mẹ: “Con cũng đang có nhiều thế mạnh mà. Bây giờ, con chỉ cần học giỏi hơn, tính cách hay, biết cách chơi với các bạn… là tự nhiên sẽ có sức hút”. Cách giáo dục của mẹ Thạch có hiệu quả vì đã làm cho con có cảm giác được bố mẹ gần gũi, tôn trọng, khích lệ con tin tưởng vào những điểm mạnh của bản thân; hiểu đâu là giá trị thực sự của con người.

Còn với mẹ của Dung, vì không có thời gian nên dù về muộn thì chị vẫn tranh thủ nói chuyện với con trong bữa ăn, quan tâm, giúp con nhận thức được lối sống đó là không đúng, những tác hại nếu không sớm điều chỉnh. Chị đã bỏ thời gian để tìm các ví dụ ở trên mạng và cả của người quen, rồi kể chuyện một cách tự nhiên về các trường hợp đua đòi, bị bạn bè xấu lôi kéo vi phạm pháp luật và bị pháp luật xử lý. Sự gần gũi, cách nói chuyện hợp lý đã khiến con dần hiểu ra vấn đề.

Khi trò chuyện với con, ngoài các nội dung như ví dụ trên, bố mẹ cần dạy con nhận ra rằng hình thức là quan trọng, nhưng không phải tất cả. Ăn mặc chú ý sao cho gọn gàng, sạch sẽ, có thẩm mỹ chứ không cần chú trọng chạy theo mốt. Khi thấy nhà mình kém hơn nhà các bạn về kinh tế, địa vị xã hội, thì con cần cố gắng sao cho học giỏi hơn, sau này kiếm được nhiều tiền hơn để gia đình “mở mang mặt mày”, “bằng chúng, bằng bạn”. Đó mới là điều thực chất, bền vững và được mọi người tôn trọng thực sự.

Cho con sống trong môi trường lành mạnh

Tách con khỏi các bạn xấu. Bố mẹ nên chú ý xem các bạn con đang chơi là ai. Nếu đó là người đua đòi, ăn diện thì phải tách con ra. Tuy nhiên, bố mẹ cần chú ý cách thức thực hiện, phải tiến hành một cách kiên quyết nhưng hợp lý. Tránh trường hợp con bị các bạn xấu phát hiện ra và khống chế. Khi cần thiết, có thể cho con chuyển trường, chuyển lớp.

Quản lý chặt chẽ hơn về tiền và thời gian của con. Mẹ Dung đã sử dụng cách thức này để quản lý cô bé, hạn chế con không thể tự do mua sắm trưng diện. Tốt nhất là bố mẹ không nên cho con nhiều tiền để tiêu vặt. Khi thấy con tiêu xài nhiều, bố mẹ cần tìm hiểu xem con lấy tiền ở đâu ra. Bố mẹ cũng cần nắm được lịch học cụ thể hằng ngày của con để tránh trường hợp con trốn học hoặc tranh thủ giờ được nghỉ học để tụ tập bạn bè lêu lổng…

Vun đắp tình yêu, lòng tự hào của con đối với gia đình. Bố mẹ nên thể hiện tình yêu đối với con, với tất cả những điểm hay, điểm dở con có. Giúp con có lòng tự trọng, tự tin hơn bằng cách yêu thương chính bản thân mình và người thân, dẫu cho hoàn cảnh kinh tế gia đình có thể còn nhiều khó khăn.

Đáp ứng hợp lý nhu cầu của con

Như trên đã nêu, ở độ tuổi này con có nhu cầu được khẳng định cái tôi, được tôn trọng. Con quan tâm đến hình thức bản thân, sự đánh giá của bạn bè đối với mình, không muốn trở thành kẻ lạc lõng ở trường lớp. Vì thế, cần thiết giúp con không rơi vào lối sống thể hiện, nhưng bạn cũng nên biết lắng nghe, đáp ứng các nhu cầu hợp lý của con. Ví dụ như mua cho con một chiếc xe mới vì xe của con quá cũ, xấu nhất lớp, con hay bị bạn chê cười vì nó. Trong trường hợp này, nếu bạn cứng nhắc quá, không hiểu vấn đề, cho rằng con đang a dua, đua đòi nên không mua cho thì sẽ khiến con tủi thân, buồn bực.

Hiểu con, đáp ứng một cách hợp lý các nhu cầu của con và gần gũi để có sự điều chỉnh kịp thời khi con có biểu hiện sai lệch là biện pháp cần thiết để con không bị rơi vào lối sống thể hiện.

26Làm sao cho con hiểu giá trị của đồng tiền?

Người Do Thái chú trọng dạy con hiểu về giá trị của đồng tiền từ khi còn khá nhỏ. Vì vậy, trẻ em Do Thái từ rất sớm đã biết quý trọng đồng tiền, biết kiếm tiền và sử dụng tiền đúng cách. Còn ở Việt Nam, nhiều con đến cấp 2, cấp 3 rồi mà chưa thực sự hiểu về điều đó. Nguyên nhân chủ yếu là các con thường dễ dàng được đáp ứng yêu cầu, không biết được việc kiếm tiền vất vả như thế nào, vai trò của tiền đối với cuộc sống ra sao, không được giáo dục sử dụng tiền bạc dẫn đến việc các con dễ dàng phung phí, không biết thương cha mẹ…

Giúp con hiểu về “hai mặt” của đồng tiền

Ở mặt tích cực, bạn cần dạy con hiểu vai trò của tiền trong việc duy trì và phát triển gia đình, thúc đẩy xã hội đi lên. Mặt khác, ở góc độ tiêu cực, đồng tiền có thể dẫn đến các hệ quả như lối sống chạy theo vật chất, mải kiếm tiền mà thiếu quan tâm đến người thân, vi phạm pháp luật và chuẩn mực đạo đức… Vì vậy, mỗi người, đặc biệt là các con ở độ tuổi teen cần phải hiểu đúng về vai trò của tiền trong cuộc sống, tránh việc chạy theo tiền mà bất chấp tất cả.

Có rất nhiều cơ hội để bạn giúp con hiểu được sự “hai mặt” của đồng tiền bởi vì trong cuộc sống thường nhật, từ gia đình đến ngoài xã hội, gần như mọi chuyện đều có liên quan trực tiếp hay gián tiếp đến việc kiếm tiền, sử dụng tiền. Đó là những nguyên liệu, là ví dụ minh hoạ sinh động cho những gì bạn muốn nói với con. Có thể bạn nói rằng mình đã mua bảo hiểm cho cả gia đình để phòng lúc ốm đau (mặt tích cực của tiền) hoặc khi xem vô tuyến thấy đưa tin về việc buôn lậu hàng giả, bạn sẽ cho con hiểu đó là mặt trái của đồng tiền, một số người có thể vì kiếm tiền mà bất chấp cả đạo đức và pháp luật.

Cho con kiếm tiền

Bố mẹ có thể tham khảo các phương pháp cho con kiếm tiền qua cuốn sách "Vô cùng tàn nhẫn, vô cùng yêu thương"của Sara Imas. Ở độ tuổi cấp 2, cấp 3, các con hoàn toàn có thể kiếm được những đồng tiền đầu tiên của mình bằng các cách như: bán hoặc cho thuê sách, truyện cũ của các con hay làm việc nhà và bố mẹ trả tiền… Bạn Minh Đức biết kiếm tiền từ khá sớm. Năm con học lớp 4, tôi đã cho con và một số bạn khác cùng trang lứa lập một đội đi bán bóng bay dạo vào dịp tết Nguyên đán. Khi con hiểu việc kiếm được tiền khó như thế nào thì con sẽ học được cách trân trọng đồng tiền hơn.

Trong cuộc sống hằng ngày, bố mẹ thực hiện thưởng, phạt bằng tiền cũng là một cách giúp con thấy được ý nghĩa của đồng tiền và biết quý trọng nó.

Dạy con biết cách sử dụng tiền

Sau khi con có được những đồng tiền đầu tiên, bố mẹ có thể dạy con về cách đầu tư, cách tiết kiệm, cách sử dụng tiền như thế nào theo Nguyên tắc 6 lọ tài chính của T. Harv Eker. Theo đó, tiền của con sẽ được chia làm 6 lọ.

Lọ thứ nhất: Nhu cầu thiết yếu, chiếm 55%. Quỹ này giúp đảm bảo các nhu cầu thiết yếu hằng ngày của cuộc sống như đi lại, ăn uống, giao lưu, mua sắm…

Lọ thứ 2: Giáo dục, chiếm 10%. Quỹ này để học tập, phát triển bản thân, trả tiền cho khóa học, mua sách vở, đồ dùng học tập…

Lọ thứ 3: Hưởng thụ, chiếm 10%. Quỹ tiêu cho những việc chăm sóc bản thân, như đi ăn nhà hàng, đi du lịch, đi xem phim, đi nghe hòa nhạc…

Lọ thứ 4: Tự do tài chính, chiếm 10%. Tiền trong quỹ này không dùng để tiêu mà chỉ dùng để đầu tư.

Lọ thứ 5: Tiết kiệm dài hạn, chiếm 10%. Tiết kiệm cho dài hạn và tiết kiệm cho những trường hợp khẩn cấp.

Lọ thứ 6: Giúp đỡ người khác, chiếm 5%. Quỹ để làm từ thiện, giúp đỡ người thân, bạn bè…

Bố mẹ nên khuyến khích con mỗi khi có tiền (từ bất kể nguồn thu nhập nào) đều áp dụng nguyên tắc này, chi tiêu sao cho hợp lý. Nhờ đó sẽ dần dần hình thành cho con một thói quen giúp con biết cách tiết kiệm và chi tiêu hợp lý.

Ngoài ra bố mẹ cũng nên tổ chức những buổi liên hoan có thể chỉ cần với quy mô nhỏ khi có thêm tiền ngoài những khoản thu nhập cố định. Đó có thể là bữa tiệc ở nhà, ngoài hàng hay đi du lịch… Điều đó sẽ tác động vào tâm trí của con về niềm vui do những khoản thu nhập mang lại. Tuy nhiên, bạn cần lưu ý rằng, chi phí cho ăn mừng chỉ nên chiếm một phần vừa phải trong số tiền kiếm được.

Minh Đức đến bây giờ rất trân trọng tiền vì được giáo dục về vấn đề đó từ sớm và thường xuyên. Con hay tham gia vào việc bàn bạc kế hoạch sử dụng tiền trong gia đình như nên đi du lịch ở đâu, chi phí như thế nào hay lấy tiền ở đâu để đi.

Không dễ đáp ứng yêu cầu của con, làm gương cho con

Nếu con dễ được bố mẹ đáp ứng yêu cầu có liên quan đến tiền (cho tiền tiêu, mua cho con các thứ…), đặc biệt là mua cho các đồ đắt tiền sẽ khiến con không thấy giá trị của đồng tiền. Hoặc nếu bạn tiêu xài hoang phí, tỏ ra kiếm tiền dễ ợt thì cũng đem lại hậu quả như vậy. Vì thế, cha mẹ cần khắc phục các biểu hiện trên nếu có.

Bố mẹ hãy cho con biết những lúc gia đình khó khăn về kinh tế, bố mẹ đã phải xoay xở, cắt giảm chi tiêu như thế nào, rồi khi có tiền, bố mẹ đã có thể làm được việc gì, đặc biệt là cho con. Đó là một cách dùng tấm gương của mình để dạy con về giá trị của đồng tiền.

27Có cách nào để con sử dụng Internet hiệu quả?

Trong thời đại ngày nay, Internet là một công cụ giúp các con học tập, rèn luyện kỹ năng sống, giải trí… một cách hiệu quả. Tuy nhiên, mạng Internet cũng chứa đựng nhiều cám dỗ nguy hiểm, khiến con học hành chểnh mảng, sút kém và nhiều nguy cơ khác. Vì thế, cha mẹ cần hướng dẫn con cách khai thác tốt Internet và có sự kiểm soát hợp lý chứ không nên cấm đoán.

Quy định thời gian con sử dụng Internet

Bố mẹ cần quy định thời gian sử dụng máy tính, điện thoại để vào Internet học, chơi game và lướt Facebook. Như vậy sẽ tránh trường hợp con sử dụng thời gian quá mức cho phép hoặc không đúng mục đích. Bố mẹ cũng nên phân tích các lợi, hại của Internet và đặt ra nguyên tắc thưởng, phạt rõ ràng nếu con thực hiện tốt hay khi vi phạm. Hãy cùng con bàn bạc cụ thể về việc sử dụng Internet để “nhân vật chính” có cảm giác thoải mái và chịu trách nhiệm thực hiện cam kết do mình đề ra. Không nên cấm triệt để việc chơi game, lướt Facebook mà nên cho con sử dụng với mức độ hợp lý, phù hợp với độ tuổi của con và khối lượng bài tập con phải làm. Nếu bố mẹ càng cấm thì con lại càng tìm cách để dùng trộm.

Trước đây, có thời kỳ, tôi đã cấm Minh Đức tuyệt đối không được chơi game vào các ngày trong tuần, chỉ cuối tuần hoặc nghỉ lễ mới cho phép con. Thế nhưng, con toàn lén lút chơi. Luôn phải “rình bắt” con và nhận sự chống đối của con nên tôi thường cảm thấy rất mệt mỏi, mất thời gian. Sau đó, tôi đã áp dụng phương pháp mỗi ngày cho con chơi 15 phút thì thấy con thoải mái hơn hẳn mà cũng không ảnh hưởng đến kết quả học tập.

Kiểm soát một cách tế nhị

Bố mẹ có thể kiểm tra lịch sử trình duyệt của con vào bằng một số các công cụ hữu hiệu. Hiện nay có nhiều chương trình giúp bố mẹ làm được điều này.

Theo dõi các group con vào, nề nếp giờ giấc ăn ngủ, xem con có nghiện game, Facebook hay không để chấn chỉnh, kiểm soát chặt hơn việc dùng Internet. Đối với các con học cấp 2 thì không nên cho con dùng smartphone. Không nên để máy tính trong phòng ngủ, phòng học của con mà nên đặt ở phòng sinh hoạt chung hoặc phòng của bố mẹ để dễ kiểm soát.

Ngoài ra, bố mẹ cần giúp con, nhất là các bạn nam, thoát khỏi cám dỗ của game bằng cách khuyến khích con tham gia các hoạt động thể thao lành mạnh, đi chơi… để hạn chế thời gian ở nhà một mình. Khi có nhiều thời gian rảnh, con không biết làm gì thì sẽ hay vào mạng.

Và cách quan trọng nhất đó là bố mẹ phải khơi gợi những tiềm năng, khát vọng trong con như đi du học, trở thành người thành đạt. Khi con có khát vọng và quyết tâm lớn thì có thể chiến thắng được cám dỗ của game, Facebook…, con sẽ chủ động dùng thời gian cho học tập.

Giúp con cai nghiện game, Facebook

Trong trường hợp này, bố mẹ nên từng bước cắt giảm thời gian vào mạng của con, không nên đột ngột. Thậm chí, có thể cân nhắc cho con nghỉ học mấy hôm, chỉ ở nhà chơi game, Facebook cho đến khi tự thấy phát chán thì thôi. Rồi sau đó, cho con đi ra ngoài thử kiếm tiền để con thấy nếu nghiện Internet thì không học hành được, không có tương lai, khi đó kiếm tiền sẽ rất vất vả.

Nhiều con nghiện game, Facebook vì gia đình ít quan tâm, con cô đơn, ít bạn bè hoặc không được mọi người tôn trọng. Con phải tìm đến một thế giới ảo để có cảm giác được là người hùng, được tương tác nhiều hơn. Vì thế, cha mẹ cần chú ý dành nhiều thời gian cho con và giúp con có kỹ năng phát triển các mối quan hệ xã hội.

Bạn Minh Đức thích chơi game vì muốn trải nghiệm các lĩnh vực tác chiến quân sự mà mình yêu thích qua các trò chơi chiến thuật. Xét ở mặt nào đó, nó cũng có tác dụng cho con. Vì thế, tôi không cấm mà bảo con dạy mình chơi cùng và kiểm soát thời gian chơi phù hợp. Áp dụng chiêu này, tôi thấy con gần gũi với mình hơn hẳn.

Bố mẹ có thể tìm các hoạt động khác có liên quan đến sở thích của con khuyến khích con cùng đọc sách với những người am hiểu về lĩnh vực con thích. Trong trường hợp kiến thức của bạn không đủ để nói chuyện với con, bạn nên tìm đến các chuyên gia hay thầy cô, anh chị sinh viên để được hỗ trợ, để con được bàn bạc, trao đổi ý kiến. Đây cũng là một biện pháp tích cực để giúp con thoát khỏi những thứ vô bổ, hướng đến việc phát triển khả năng của con.

28Bố mẹ cần làm gì khi con say mê thần tượng?

Rất nhiều con bắt đầu có thần tượng khi học cấp 2, cấp 3. Ở độ tuổi này, con ngưỡng mộ ai là chuyện rất bình thường.

Năm 2012, khi Bi Rain, một ca sĩ, diễn viên Hàn Quốc rất nổi tiếng sang Việt Nam biểu diễn, nhiều teen đã khóc nức nở khi xem anh ta hát. Sau khi ca sĩ rút vào sau sân khấu, có fan Việt còn chạy lên sân khấu hôn chiếc ghế Bi Rain đã ngồi. Trên mạng xã hội, một số bạn trẻ đã vô cùng bức xúc vì không được bố mẹ cho tiền mua vé để đi gặp thần tượng.

Đó là mặt trái của việc con quá say mê thần tượng. Tuy nhiên, nếu bố mẹ có cách cư xử hợp lý thì sẽ hạn chế được điều này, thậm chí còn "có lợi" khi biết phát huy mặt tích cực của vấn đề.

Tìm hiểu về thần tượng của con

Bố mẹ cần tìm hiểu xem con ngưỡng mộ ai, người đó có điểm gì tích cực, điểm nào hạn chế có thể ảnh hưởng đến con.

Nếu con có thần tượng xứng đáng, bố mẹ nên lấy làm mừng vì phần lớn các con sẽ có xu hướng bắt chước người đó một cách tự nguyện. Có nhiều bạn vì ngưỡng mộ các danh nhân hoặc các anh chị học giỏi nên đã chăm chỉ học tập để một ngày nào đó được trở thành người như họ, chính vì vậy mà những bạn này có kết quả học tập ngày càng tiến bộ. Bố mẹ khích lệ con học tập cách mà thần tượng đó đã vượt qua gian khó để có được thành tích như ngày hôm nay.

Minh Đức rất quý và nể phục Quang Minh, một người anh họ. Quang Minh đang học cấp 3 chuyên Toán của trường Hà Nội – Amsterdam. Tôi hay khích lệ con hãy học thật giỏi để cấp 3 thi được vào trường đó và học cùng anh.

Trong trường hợp con hâm mộ người có những mặt tiêu cực, không tốt, thì bố mẹ đừng vội vã lên án vì có thể sẽ gặp phải sự phản kháng mạnh mẽ của con. Thay vào đó, nên xem lại sự không hài lòng của mình có phải là do sự khác nhau về quan điểm sống giữa hai thế hệ hay không? Bố mẹ chỉ nên phản đối khi người con hâm mộ có vấn đề về đạo đức, lối sống… Bố mẹ có thể dùng các hình thức tế nhị, gián tiếp như đưa ra các bằng chứng là các bài báo, chương trình vô tuyến lên án người đó để con không bị lầm tưởng. Và sau đó, hướng con đến các thần tượng khác xứng đáng hơn. Đối với trường hợp con "cuồng" người không phù hợp, có khả năng bị lợi dụng hoặc gây ảnh hưởng xấu, bạn cần quản lý con chặt chẽ hơn về thời gian, tiền bạc. Kiên quyết với con nhưng trên tinh thần khuyên nhủ, gần gũi, phân tích để con nhận được ra sự thật. Trong trường hợp cần thiết, có thể phối hợp với nhà trường, các cơ quan chức năng để ngăn chặn, xử lý hậu quả xấu xảy ra.

Giúp con hiểu: có thể ngưỡng mộ nhưng không được mù quáng

Trong trường hợp "thần tượng" là người xứng đáng thì để tránh trường hợp bị mù quáng hoặc thất vọng khi phát hiện ra điều gì không hay, bố mẹ cần chỉ cho con thấy rằng, thần tượng cũng chỉ là một người bình thường, có cái hay, cái dở, không nên "thần thánh hóa" họ. Con hãy học cái hay và tránh cái dở của mỗi người, trong đó có thần tượng của mình. Cần sống có bản lĩnh, lòng tự trọng, không vì say mê mà có những hành động thái quá như quỳ gối cầu xin, khóc lóc xin xỏ để được gặp… Dù thần tượng là ai, có ảnh hưởng với con thế nào đi nữa thì cũng không bao giờ được đặt họ lên trên tất cả.

Định hướng thần tượng cho con

Bố mẹ cần hướng con đến những thần tượng xứng đáng. Ngoài ra, cần giúp con hiểu đó có thể không phải là một người nổi tiếng mà có thể là một người bình dị trong đời thường. Việc định hướng nên được thực hiện một cách tự nhiên, không nên khiên cưỡng, như cho con tìm hiểu qua phim ảnh, sách báo, đặc biệt là các cuốn hồi

ký, các bộ phim về người nổi tiếng hoặc các câu chuyện bạn kể cho con.

29Làm gì khi con nghịch ngợm, thiếu tập trung?

Cần phân biệt giữa trẻ hiếu động và tăng động thiếu tập trung (ADHD) để có biện pháp can thiệp phù hợp. Cuốn sách này chỉ bàn đến các con có tính cách hiếu động. Các con kiểu này thường nhanh nhẹn, vui vẻ, dễ hòa đồng, tiếp thu tốt, có sự tập trung đối với những gì con thích, dồi dào năng lượng. Tuy nhiên, có thể sẽ là nỗi “ác mộng” của thầy cô giáo, hàng xóm hay là một số bạn trong lớp. Con có nguy cơ gây hấn, khó tuân theo các quy tắc, ngay cả quy tắc chơi với bạn, rất khó ép con học, mà nếu ép thì con sẽ tìm cách để “lách luật”.

Biết chấp nhận con để bố mẹ được bình an hơn

Bạn Minh Đức dạo bé vô cùng nghịch ngợm, thiếu tập trung, không chăm học. Tôi đã áp dụng rất nhiều phương pháp giáo dục nhưng đều thất bại. Có những lần đã phát khóc vì chỉ mong con mình được ở mức bình thường của trẻ con mà không được. Đến một ngày, tôi sực tỉnh khi hồi tưởng lại giây phút hạnh phúc khi sinh con ra, thấy con khỏe mạnh và phát triển thể chất, tâm lý bình thường theo độ tuổi. Một tiếng nói vang lên trong đầu “Mong ước trước đây, lúc con còn nhỏ chỉ đơn giản thế thôi. Vậy mà tại sao khi con lớn, mình lại đòi hỏi nhiều về con vậy? Vì thế, thay vì đặt vào con quá nhiều kỳ vọng, cần biết chấp nhận con, yêu con và sửa chữa tật xấu trên cơ sở tôn trọng cá tính, đặc điểm riêng của con”. Với suy nghĩ đó, tôi đã thấy thoải mái hơn, không bị stress và đã tìm ra những cách giáo dục riêng phù hợp với Minh Đức.

Suy rộng ra, mỗi đứa trẻ một tính cách và cần có cách giáo dục riêng phù hợp, trên cơ sở tôn trọng các đặc điểm của chúng. Khi biết chấp nhận tính cách con, yêu thương con vô điều kiện thì tư tưởng bạn sẽ cảm thấy thoải mái hơn. Bạn cần xác định rằng, việc

cần thiết ở đây là giúp con được sống là chính mình, phát huy điểm mạnh, khắc phục điểm yếu và hòa nhập được với xã hội.

Giúp con tuân thủ quy định và lường trước nguy cơ

Mỗi khi cho con đến chỗ lạ, để tránh rắc rối do tính nghịch ngợm, bố mẹ nên giải thích, nhắc nhở con về quy định hoặc quy tắc ứng xử. Ví dụ, đi ăn buffet con không được chạy nhảy lung tung khi lấy đồ. Dần dần, con sẽ có ý thức hơn và giao tiếp tốt hơn khi đến chỗ đông người.

Bố mẹ cần cho con hiểu các nguy cơ, phiền toái trong cách cư xử của con đối với mọi người xung quanh, nội dung các nguyên tắc, chuẩn mực xã hội. Con phải có trách nhiệm tôn trọng điều đó, như nội quy của lớp, quy định của các nơi công cộng mà con đến.

Việc tập cho con thói quen biết tuân thủ nội quy có thể bắt đầu là ở nhà. Trong gia đình cũng cần đề ra các quy tắc và thực hiện một cách thống nhất, kiên trì. Không nên vì thương con mà bỏ qua. Ví dụ như ăn xong là phải bê đồ ra bồn rửa, tắm xong thì phải dọn phòng tắm. Quy định các giới hạn an toàn, đồng thời, giải thích tại sao lại áp dụng biện pháp đó để con "tâm phục khẩu phục". Khích lệ, kiên trì yêu cầu con dù làm việc nhỏ cũng phải làm cho xong một cách "đến nơi đến chốn".

Tạo điều kiện cho con giải phóng năng lượng và rèn luyện sự tập trung

Con cần được bố mẹ tạo điều kiện, cho có cơ hội, không gian để giải phóng năng lượng bên trong. Như vậy thì khi đến trường hoặc ở nhà con sẽ đỡ nghịch ngợm, chọc phá. Ví dụ, bố mẹ có thể cho con đi bơi, trượt patanh…

Ngoài ra, bố mẹ cũng nên rèn khả năng tập trung cho con. Bạn có thể cho con tham gia các câu lạc bộ như cờ vua, cờ tướng, vẽ, khuyến khích con đọc sách có chữ… để rèn khả năng tập trung. Tuy nhiên, không nên bắt con làm việc gì đó liên tục trong một thời gian

dài vì những trẻ này rất khó làm được điều đó, cần có sự nghỉ ngơi, vận động xen kẽ.

Khi bạn áp dụng các biện pháp như vậy, con sẽ thoải mái, tập trung hơn và học tập được hiệu quả hơn.

30Có cách nào để con có lối sống tích cực, lạc quan?

Những bạn tuổi teen nếu sống vui vẻ, lạc quan thì sau này vào đời cũng sẽ dễ vượt qua những trở ngại, dễ có được hạnh phúc, thành công. Để con trở thành người như vậy, cách giáo dục của bố mẹ là rất quan trọng.

Gia đình là yếu tố quyết định

Hằng ngày, trong bữa ăn gia đình, bố mẹ Hưng vẫn thường kể những câu chuyện vui, có nội dung tích cực về bạn bè, họ hàng, công việc… cho nhau nghe. Có lẽ con cũng được lây sự vui tươi đó từ bố mẹ.

Vai trò của gia đình rất quan trọng. Để tạo ra một môi trường giáo dục tích cực, lành mạnh ngay trong chính ngôi nhà của mình, đầu tiên, bố mẹ phải là người có lối sống vui vẻ, đầy năng lượng và biết hướng tới tương lai. Những kế hoạch của bố mẹ hay gia đình khi đã đề ra thì các thành viên cần tin tưởng, quyết tâm thực hiện. Trong quá trình triển khai, nếu có khó khăn thì không nên phàn nàn, ca thán mà cần tìm cách vượt qua.

Bên cạnh đó, gia đình có thể tập cho các con thói quen nhìn mọi việc, mọi vấn đề dưới góc độ tích cực. Có đợt trời mưa tầm tã, Minh Đức đi học vất vả hơn, có hôm trên đường đến lớp quần áo bị ướt, con liền kêu ca về việc đó, thay vì than thở cùng con về tình hình thời tiết, tôi nói: “Nhưng trời mưa thì sẽ tốt cho cây cối hơn, bố đỡ phải tưới cây con ạ…”. Từ những việc tưởng chừng như rất nhỏ, nhưng qua đó bố mẹ cũng có thể giúp con xây dựng được một lối sống lạc quan, yêu đời.

Chú ý đến tác động từ bên ngoài

Bố mẹ cần cho con tiếp xúc với các yếu tố có ảnh hưởng tích cực. Ví dụ như cho con tiếp xúc với những người quen của bố mẹ có lối sống lạc quan, thành đạt. Hướng con đọc những truyện cười, những cuốn sách viết về cách nuôi dưỡng tâm hồn tốt đẹp để xây dựng một thế giới quan tích cực cho con.

Bố mẹ nên hạn chế những ảnh hưởng tiêu cực lên con. Hạn chế cho con xem các chương trình vô tuyến, các trang mạng đưa tin nhiều về các vụ phạm tội… vì quá nhiều thông tin tiêu cực như vậy sẽ gieo rắc vào đầu con ấn tượng về một xã hội bất ổn.

Bố mẹ cần dạy con về việc phải cảnh giác, nhưng nên chọn lọc các sự kiện với mức độ phù hợp để cho con biết. Đồng thời, cũng cho con hiểu đó chỉ là một tỷ lệ nhỏ trong xã hội hiện nay, nhưng con phải ghi nhớ và học các kỹ năng để phòng, tránh.

Tăng cường sức khỏe và giao tiếp xã hội cho con

Theo Tổ chức Y tế thế giới (WHO) thì “sức khỏe là trạng thái thoải mái toàn diện về thể chất, tinh thần và xã hội và không phải chỉ bao gồm có tình trạng không có bệnh hay thương tật”. Người có sức khỏe thường sống lạc quan, vì thế bố mẹ cũng nên chú ý khuyến khích con:

- Tham gia các hoạt động thể dục, thể thao, phát triển thể chất, bảo đảm chất dinh dưỡng, ngủ đủ giấc để cơ thể phát triển tốt;

- Tăng cường kỹ năng sống;

- Bồi đắp tâm hồn tốt đẹp;

- Tham gia các hoạt động xã hội, có quan hệ tốt với bạn bè…

Đó là những biện pháp quan trọng để giúp con có được sự năng động, nhiệt huyết với cuộc sống.

31Nên làm gì khi con mãi không tiến bộ?

Có thể nói, số lượng các câu hỏi than phiền về việc con không cải thiện được kết quả học tập, nề nếp sinh hoạt, lối sống… luôn đứng đầu trong các câu hỏi của bố mẹ. Làm bố mẹ, không mong muốn gì bằng thấy con tiến bộ hằng ngày.

Cha mẹ cần bình tĩnh để "bắt đúng bệnh"

Trong hành trình làm cha mẹ, nhiều lúc khó có thể bình tĩnh được khi thấy mình đã áp dụng đủ cách, cố gắng nhiều rồi mà con vẫn mãi không tiến bộ. Nhưng cảm giác bực tức, bế tắc lại là nguyên nhân khiến bạn không đủ sáng suốt để tìm ra giải pháp. Vì thế, nếu chẳng may rơi vào tình trạng trên, điều cần thiết đầu tiên là bạn cần đưa mình về trạng thái "số 0". Hãy thả lỏng cơ thể, không suy nghĩ, gạt bỏ cáu giận, áp lực để cho mình thật bình tâm (do khuôn khổ sách có hạn nên không trình bày được cụ thể cách thức giúp bạn đạt được điều đấy, tuy nhiên, bạn có thể tham khảo các sách, thông tin trên mạng về cách giải toả áp lực, tìm đến sự cân bằng của bản thân…). Khi bạn tĩnh tâm thì mới có thể nhìn nhận khách quan được nguyên nhân của vấn đề để đưa ra được giải pháp phù hợp. Có hai nhóm nguyên nhân:

Nhóm thứ nhất: Thuộc về chính bản thân cha mẹ. Đó có thể là:

- Do bố mẹ chưa áp dụng phương pháp phù hợp đối với con hoặc có thể nội dung phương pháp đúng nhưng cách thể hiện thì chưa phù hợp. Ví dụ, nếu phụ huynh quát con: "Đi dọn phòng ngay" thì có thể khiến con bức xúc vì cảm giác bị sai khiến, ép buộc nên con sẽ lì lợm, không làm. Nhưng nếu bạn dịu giọng bảo "Dọn phòng đi con" hoặc "Học xong thì con dọn phòng nhé" cho con có độ lùi về thời gian thì có khi con sẽ nghe.

Việc áp dụng phương pháp không đúng với con thông thường là do bố mẹ không đánh giá đúng khả năng của con (khả năng con có hạn nhưng nghĩ rằng con có tiềm năng rất giỏi, phải phát huy), không tôn trọng cái riêng của con về tính cách, năng khiếu, sở thích.., tự tạo cho mình áp lực xấu hổ khi con học không giỏi bằng con nhà bạn bè, đồng nghiệp, lo sợ mình bị mang tiếng không biết dạy con hoặc áp lực về việc mình phải chịu trách nhiệm về cuộc đời sướng khổ của con sau này... khiến cách dạy của bạn trở nên có tính áp đặt, con không hợp tác hoặc đi sai hướng, không phù hợp với con. Vì vậy, muốn thay đổi được con, cha mẹ cần biết tìm cách khắc phục được các nguyên nhân thuộc về mình, trong đó chủ yếu là tập cho mình biết cách chấp nhận con. Cách giáo dục của gia đình phải trên cơ sở đặc điểm riêng của con mà không chịu sự tác động của bất cứ áp lực nào, ngay cả đó là áp lực do suy nghĩ: "Mình không sửa được cho con thì sau này con sẽ khổ". Đành rằng, có những tính cách nếu con vẫn giữ nguyên thì sau này khi vào đời sẽ gặp nhiều bất lợi. Tuy nhiên, cần hiểu rằng, trong nhiều trường hợp mặc dù rất cố gắng, nhưng bạn chỉ thay đổi được con ở mức độ nào đó. Còn khi con lớn hơn, chính yêu cầu của cuộc sống sẽ khiến con phải tiếp tục hoàn thiện mình và có khi, lúc đó những lời dạy của bạn khi xưa con mới ngấm được và nó sẽ phát huy tác dụng.

Do trong cuộc sống thường nhật, cha mẹ, những người khác trong gia đình có lối sống không tích cực, trái với những điều bạn dạy bảo con cũng sẽ khiến cho việc thay đổi con trở nên rất khó khăn… Trong trường hợp này, để nuôi dạy con hiệu quả thì bạn và gia đình phải thay đổi cách sống, cách suy nghĩ để "nói đi đôi với làm".

Do các bố mẹ bị nhiều áp lực cuộc sống, lo lắng khi con có những hạn chế sẽ khiến họ trở nên "bó cứng", khó nhìn nhận, phân tích được vấn đề một cách khách quan, để tìm được đâu là nguyên nhân về phía con, đâu là về phía gia đình, mình đã áp dụng phương pháp với con một cách hợp lý chưa? Có gì phải điều chỉnh không? Vì vậy, cha mẹ cần biết cân bằng, giảm áp lực cuộc sống, biết chấp nhận con để mình có được một trạng thái tâm lý tốt, từ đó mới có thể nuôi dạy con hiệu quả.

Do bố mẹ thiếu kiên trì hoặc quá cứng nhắc với con. Khi đó, bố mẹ cần kiên nhẫn nhưng có sự linh hoạt trong phương pháp nuôi dạy con (xem thêm mục – kiên trì và linh hoạt của phần chung).

Nhóm nguyên nhân thứ hai: Thuộc về con. Nhiều bà mẹ trong lúc bất lực với con đã phải kêu lên "Tại sao con không hiểu lòng mẹ, mẹ chỉ làm thế để tốt cho con thôi". Thực tế thì lắm con hiểu bố mẹ muốn gì, nhưng điều đó không giúp con thay đổi được nhiều. Tuy nhiên, đối với một số trường hợp thì khi cảm nhận được sâu sắc tình cảm, mong muốn của bố mẹ đối với mình (xin nhấn mạnh cụm từ "sâu sắc" chứ không phải chỉ là sự hiểu bố mẹ thông thường) thì vì yêu mến, xúc động trước điều đó, con sẽ có động lực để thay đổi.

Việc con mãi không tiến bộ còn nằm ở các nguyên nhân như vì con đang ở độ tuổi thích làm theo ý mình để khẳng định bản thân. Ngoài ra, có lý do là ở tuổi này có nhiều việc khiến con phân tâm như mối quan hệ với bạn bè, chuyện học hành, tương lai hơn là mong muốn của cha mẹ đối với mình. Trong trường hợp này, muốn giải quyết được vấn đề thì bố mẹ nên áp dụng các cách thức đã có trong những phần trước như tăng cường nói chuyện, giải thích cho con, có thể tự cho con trải nghiệm với mức độ phù hợp, bảo đảm an toàn để rút ra bài học, tranh thủ sự tác động của bạn bè hay những người con yêu quý, khuyến khích con có ước mơ, khát vọng (và động viên con nên thay đổi để thực hiện được ước mơ, khát vọng đó)…

Tìm biện pháp – một chặng đường dài

Với nhiều nguyên nhân như vậy, để thay đổi được con, bố mẹ phải biết "bắt đúng bệnh", "bốc đúng thuốc". Trước tiên, bố mẹ cần tìm được nguyên nhân, mức độ không tiến bộ của con để tìm ra biện pháp phù hợp giúp con thay đổi. Bạn nên nói chuyện bình tĩnh với con để biết nguyên nhân của thói quen đó, tại sao con không hợp tác với bố mẹ hoặc thực hiện không hiệu quả, con muốn thay đổi các vấn đề đó như thế nào? Hoặc bố mẹ để ý quan sát, nói chuyện, hỏi mọi người trong gia đình, thầy cô, bạn bè con về các vấn đề con gặp phải đã ảnh hưởng đến con như thế nào. Bố mẹ cũng nên trao

đổi với những người có kinh nghiệm, các nhà tâm lý, giáo dục để có cách thức điều chỉnh con cho phù hợp hơn.

Khi đã biết được nguyên nhân, tốt nhất là bố mẹ nên cùng con xây dựng kế hoạch thực hiện và có sự đánh giá về kết quả đạt được để có sự điều chỉnh khi cần thiết. Khi có con phối hợp, bạn sẽ có thể xây dựng nên kế hoạch phù hợp và nhận được sự hợp tác của con.

Tuy nhiên, có thực tế là có trường hợp bố mẹ đã biết được nguyên nhân, nhận được sự hợp tác của con … nhưng vẫn không đem lại kết quả mong muốn. Bởi lẽ, bạn nên hiểu rằng có những tính cách, thói quen của con khá dễ sửa, nhưng cũng có những điểm khó sửa. Điều đó phụ thuộc vào việc nó đã hình thành lâu chưa, mức độ "ăn sâu" vào con như thế nào? tác động của môi trường gia đình, bạn bè ra sao? Các biện pháp đưa ra cần bám sát đặc điểm này. Hiểu như vậy sẽ giúp các bố mẹ đỡ sốt ruột hơn và sẽ bình tĩnh lựa chọn biện pháp cho con.

Con thay đổi khi cha mẹ thay đổi

Có câu nói: "số phận của con phụ thuộc vào bố mẹ". Dù việc con chưa tiến bộ có nguyên nhân như thế nào thì muốn thay đổi được tình hình, việc rất quan trọng là bố mẹ phải thay đổi mình. Bởi lẽ nếu nguyên nhân thuộc về con, thì người giúp con thay đổi được là bố mẹ, nếu thuộc về cha mẹ thì tất nhiên, cha mẹ phải thay đổi. Vậy bố mẹ nên thay đổi như thế nào?

Thay đổi thái độ với con và với chính mình. Hãy biết chấp nhận, yêu con yêu cả những hạn chế, khuyết điểm của con chứ không phải chỉ khi con ngoan, giỏi, đáp ứng những yêu cầu của bố mẹ. Những hạn chế đó cần khiến để bạn thương con hơn chứ không phải là sự bực bội. Bạn cũng không nên quá căng thẳng, tự tạo áp lực với bản thân mình vì điều đó sẽ tạo tâm lý không tốt. Trên thực tế, nhìn chung quá trình nuôi dạy con hầu hết các bố mẹ đều gặp những khó khăn ở những mức độ khác nhau. Đối với một số người thiếu trách nhiệm, vô tâm thì họ sẽ mặc kệ, bỏ qua hoặc không nhận ra được các vấn đề đang xảy ra đối với con mình. Khi bạn thấy con còn có những hạn chế và trăn trở với quá trình giúp con trưởng thành thì

chứng tỏ bạn là một người bố mẹ có trách nhiệm. Và với trách nhiệm đó thì chỉ cần có phương pháp phù hợp, kiên trì và linh hoạt trong nuôi dạy con thì bạn sẽ thành công.

Hoàn thiện bản thân mình. Nếu muốn con trở thành người như thế nào thì bố mẹ cũng nên cố gắng là người như thế. Bố mẹ cần thay đổi để làm gương cho con, “hoà nhập” với cuộc sống tuổi teen để hiểu con hơn, thay đổi cách giao tiếp, dạy bảo con…. Dạy con chính là quá trình tự dạy mình. Bạn sẽ hoàn thiện mình hơn nhờ chính quá quá trình đồng hành cùng con.

Những vấn đề về gia đình

32Làm thế nào để con gần gũi với mọi người trong gia đình?

Minh Đức – con trai tôi bình thường rất hay quấn quýt, tình cảm với mẹ nhưng từ khi lên lớp 7 con bỗng trở nên xa cách, con không còn thích tôi ôm như trước. Đặc biệt, con kiên quyết không cho mẹ tham gia các buổi đi tham quan của lớp, thích tự đưa ra các quyết định có liên quan đến bản thân.

Đây cũng là một đặc điểm chung của nhiều bạn khi bước vào độ tuổi dậy thì.

Đâu là lý do?

Nhìn chung, việc con không chịu chia sẻ với bố mẹ, ngay cả khi bố mẹ đã rất cố gắng hỏi han thường xuất phát từ nguyên nhân có thể là do trước đây bố mẹ đã không gần gũi, không hiểu con, quá nghiêm khắc, ít khi biểu lộ tình cảm yêu thương với con. Ngoài ra, có thể là do chính con không hiểu được cảm xúc, hành vi của mình. Đây là điều khá phổ biến của tâm lý tuổi teen, ở giai đoạn này nhiều thay đổi về tâm sinh lý khiến con ngỡ ngàng. Khi con chưa biết gọi tên cảm xúc của mình thì cũng khó mà tâm sự được với ai. Hoặc là con cảm thấy vấn đề là bình thường, nhưng với bố mẹ lại là chuyện quan trọng. Cũng có thể là do tính cách của con khá độc lập, muốn tự giải quyết, không thích chia sẻ. Còn một nguyên nhân khác đó là vấn đề quá phức tạp, con không tin nói chuyện với bố mẹ sẽ giúp giải quyết được. Con chỉ muốn trốn tránh, không muốn đề cập đến…

Nếu bố mẹ không tìm hiểu nguyên nhân để có giải pháp thích hợp thì rất có thể sẽ khiến khoảng cách của bố mẹ và con ngày một xa. Bố mẹ có thể sẽ bức xúc, buồn, lo lắng… thậm chí còn cảm thấy như con không còn là con mình nữa. Còn về phía con, trong một số trường hợp khi gặp các vấn đề vướng mắc, do không tâm sự được

với bố mẹ, không có người giúp đỡ nên con có thể rơi vào tình trạng xấu như stress, trầm cảm…

Ngoài ra, bạn cần chú ý cách thức “hiểu con” đã nêu ở phần chung. Như vậy sẽ khắc phục được những mặt trái của việc con muốn sống độc lập với gia đình.

Chủ động và linh hoạt

Con không ôm mẹ thì mẹ ôm con. Vì Minh Đức có biểu hiện xa cách nên một hôm tôi bảo: “Mẹ biết là con không muốn mẹ ôm như trước, nhưng đó chỉ là một cách để thể hiện tình cảm thôi. Nó không làm con trẻ con đi. Dù bây giờ đã lớn, nhưng con vẫn yêu bố mẹ và bố mẹ yêu con đúng không? Cho mẹ ôm con một cái nhé!”. Thế là bạn ấy cười ngượng nghịu và để mẹ ôm. Nhưng bạn nói thêm một câu: “Mẹ không được làm thế trước mặt người khác đâu đấy!”. À, hóa ra ông con ngại với mọi người.

Khi con có sự thay đổi về cách cư xử, bố mẹ nên là người chủ động thể hiện tình cảm và tìm ra lối giao tiếp phù hợp. Không chỉ có việc biểu hiện bằng những cái ôm như ví dụ trên đây, mà bạn có thể chủ động rủ con cùng đạp xe, nấu ăn, nói chuyện về bạn bè, học hành, ước mơ sau này của con, thay vì việc chỉ biết mong muốn con sẽ sà vào lòng mình như trước kia. Hãy bỏ các thói quen cũ như trước mặt các bạn, gọi con với các tên âu yếm ở nhà như Bi, Bống hoặc là ôm con thì sẽ giúp hai bên tìm được tiếng nói chung trong cách cư xử.

Tuổi dậy thì là tuổi thích độc lập

Tính “độc lập” ở độ tuổi dậy thì của con thể hiện ở hai khía cạnh: Có xu hướng tách rời bố mẹ và thích tự ra quyết định.

Nguyên nhân chính là do đến độ tuổi này, theo quy luật chung các con có sự thay đổi tâm sinh lý mạnh mẽ so với giai đoạn trước. Các con muốn khẳng định cái tôi của mình với mức độ khác nhau. Mới đầu con sẽ có cảm giác không muốn là đứa con nít suốt ngày quấn bố mẹ nữa. Bạn sẽ nhận thấy điều này khi con bắt đầu dậy thì hoặc

tiền dậy thì – khoảng cuối cấp 1, đầu cấp 2. Rồi sau đó, biểu hiện độc lập của con trong việc tự đưa ra các quyết định sẽ ngày một rõ nét hơn.

Với những con sống tình cảm, có thể trong thâm tâm chúng vẫn muốn gần gũi bố mẹ nhưng do ngại bạn bè, hoặc không vượt qua được cảm giác "ngại ngại" của bản thân nên cũng sẽ có xu hướng không thể hiện tình cảm như trước. Đây cũng chính là lý do khiến Minh Đức không còn quấn quýt mẹ.

Một nguyên nhân khác khiến con thích độc lập, tỏ ra xa cách trong độ tuổi nhạy cảm này rất có thể là vì con cảm giác rằng bố mẹ không hiểu mình.

Ngoài ra, với sự phát triển nhận thức của trẻ vị thành niên, sự tiếp cận thông tin hiện đại mà nhiều khi bố mẹ không theo kịp, con sẽ thích được tự ra quyết định. Điều này thường thể hiện rõ nét ở các con cuối cấp 2 và đang học cấp 3 là do con tự tin, có cơ sở để tin vào các nhận định, lựa chọn của mình. Nhiều con muốn tự chọn ngành học, trường học sau này mà không thích bố mẹ can thiệp cũng vì lý do đó.

Bạn cần giúp con hiểu vai trò của gia đình đối với sự trưởng thành của con. Dù đã lớn con vẫn phải quan tâm, gắn bó với gia đình. Độc lập không có nghĩa là quên đi mọi người xung quanh. Độc lập là phát triển cá tính riêng theo hướng tốt đẹp, khắc phục, hạn chế những tính xấu để bản thân ngày một trưởng thành. Muốn vậy, con cần có gia đình ở bên để giúp đỡ.

Độc lập cũng cần có những giới hạn nhất định. Bạn nên yêu cầu con rằng, đối với những vấn đề quan trọng thì phải hỏi ý kiến bố mẹ đồng thời cần có quy định rõ ràng những vấn đề đó là gì, ví dụ như đi chơi xa, mua sắm đồ đắt tiền... Bạn cũng nên hỏi ý kiến con để giúp con vạch kế hoạch tương lai.

Biết chấp nhận con, không khiến tình huống thêm căng thẳng

Nhiều cha mẹ, trong đó có tôi cảm thấy buồn và hụt hẫng khi con bỗng nhiên xa cách. Minh Đức sau này vẫn bảo: "Hoá ra khi đó con không bị khủng hoảng tâm lý tuổi dậy thì nhưng mẹ thì lại bị stress do con dậy thì".

Việc con dần tách xa vòng tay cha mẹ, không còn những cử chỉ tình cảm gần gũi là một quy luật khó tránh khỏi. Không gần gũi không có nghĩa là con không yêu bố mẹ mà đó chỉ là thể hiện sự quan tâm và mong muốn được quan tâm theo cách khác. Đây chính là một bước, một cách thức để giúp con trưởng thành. Giống như một con chim ra ràng, khi con đủ lớn, con sẽ bay đi. Giống như một con ngài, khi "đến ngày, đến tháng" con sẽ vùng vẫy để thoát khỏi tổ kén của mình. Tôi đã thoát khỏi hiện tượng "khủng hoảng của cha mẹ teen" khi nhận ra điều này.

Khi biết chấp nhận thì không chỉ thấy mọi việc trở nên đơn giản hơn, dễ tìm ra giải pháp hơn mà các bậc phụ huynh sẽ thấy vui mừng trước sự thay đổi đó –chứng tỏ con mình đã lớn.

Để cùng vượt qua giai đoạn bước ngoặt này, nhiều khi bố mẹ phải đồng ý với các quyết định của con ngay cả trong trường hợp bản thân thấy không thoải mái. Miễn là những quyết định ấy không trái với quy định của pháp luật, đi ngược với các chuẩn mực đạo đức của xã hội… Đừng thể hiện sự thiếu tôn trọng con bằng cách gạt phăng ý kiến của con mà không giải thích gì. Như thế dễ khiến con càng chứng tỏ sự độc lập đối với chúng ta.

Trong cuộc sống, đặc biệt là khi nói chuyện, bạn cần thể hiện sự thông cảm với bước chuyển này của con. Coi con như một nhân cách độc lập, có chính kiến. Khi con cảm nhận được sự thông cảm, thấu hiểu từ bố mẹ, con sẽ gắn kết với bố mẹ và gia đình nhiều hơn.

Giải pháp lâu dài

Về lâu dài, để khắc phục tình hình, bố mẹ có thể áp dụng các biện pháp sau:

Tăng cường việc hiểu con bằng cách lắng nghe và để ý những điều con đã nói, đang nói, đoán những gì con sẽ nói (chỉ để xác định trước vấn đề chứ không cần thiết phải nói ra). Nhiều bố mẹ chưa thực sự nhớ những gì con đã nói nên khiến việc hiểu con trở nên khó khăn. Ngoài ra, cần thể hiện sự tôn trọng ý kiến của con.

Khi con nói, bạn đừng vội vã quy chụp, phán xét. Hãy nhớ lại người bạn thân của bạn đã làm gì khiến bạn yêu quý, tin tưởng thì cách cư xử với con cũng nên như vậy. Khi bố mẹ yêu thương, không đòi hỏi hay tạo áp lực, đối xử với con như một người bạn tốt (hiểu và tôn trọng, ở bên những lúc khó khăn, tin tưởng, khích lệ…) thì con sẽ gần gũi và sẵn sàng chia sẻ.

Những cách làm này hiệu quả đối với trường hợp con không chịu chia sẻ do cảm giác bố mẹ không gần gũi. Ngoài ra, cha mẹ có thể chủ động giúp con hiểu về những thay đổi của bản thân con, giúp con hiểu dù bây giờ con độc lập hơn nhưng vẫn phải cần đến gia đình, tạo ra sự tin tưởng ở con thì sẽ giải quyết được các trường hợp con không nói chuyện vì bản thân con cũng không hiểu điều gì đang diễn ra trong mình, con sống độc lập hoặc thiếu tin tưởng bố mẹ. Còn đối với trường hợp con không nói vì thấy đó là vấn đề bình thường thì bạn hãy xem xét khách quan sự việc. Nếu đúng đó là chuyện không quan trọng thì hãy để con có khoảng trời riêng. Nếu không thì bố mẹ hãy bình tĩnh nói chuyện, cho con hiểu về sự quan trọng của vấn đề và bố mẹ đang muốn giúp con giải quyết được vấn đề đó.

33Làm sao để con vừa “sợ” vừa yêu quý, gắn bó với bố mẹ?

Làm bố mẹ thì điều khó nhất là làm sao để con vừa nể sợ, vừa yêu quý, gắn bó với mình, bởi vì dạy con thì cần phải có cả kỷ luật lẫn yêu thương. Nếu bố mẹ nghiêm khắc quá sẽ khiến con xa cách, còn bố mẹ thể hiện tình cảm yêu thương con nhiều quá lại khiến con thấy bố mẹ nuông chiều mà không nể sợ. Vì vậy, vấn đề là bố mẹ nên nghiêm khắc như thế nào và ở mức độ ra sao? Thể hiện sự yêu thương thế nào cho phù hợp? Và làm cách nào để cân bằng giữa hai yếu tố đó?

Làm sao để con nể sợ?

Tôn trọng và có tình thương. Nghiêm khắc không có nghĩa là cấm đoán, can thiệp thô bạo, không đoái hoài đến ý kiến của con. Để con “sợ” bạn thì mọi sự nghiêm khắc, kỷ luật hay hình phạt đưa ra phải trên cơ sở tôn trọng và có tình yêu thương trong đó. Nếu không, sẽ dễ dẫn đến các hình phạt quá nghiêm khắc, xâm phạm sức khỏe, thân thể, danh dự, gây tổn thương con. Lúc đó, với ý thức về lòng tự trọng của bản thân có thể trong một số trường hợp, con cái sẽ thù ghét cha mẹ. Đây là điều vô cùng tai hại, dẫn đến tình trạng chống đối, “lì đòn”, luôn làm trái những gì bố mẹ yêu cầu.

Tình thương trong hình phạt thể hiện khi đề ra biện pháp nghiêm khắc nào đó thì phải trên cơ sở thấu hiểu về nguyên nhân, diễn biến các hành động của con. Nó còn thể hiện ở chỗ bạn cho con cơ hội để sửa sai (ngoại trừ một số trường hợp con cố tình tái phạm nhiều lần hoặc ngoại lệ khác). Hạn chế việc sử dụng các biện pháp mang tính chất hình phạt, không nói những lời gây tổn thương, thay vào đó, cần chú trọng việc động viên, khích lệ con. Giải thích cho con biết lý do bố mẹ phải nghiêm khắc, đó là để con sống có kỷ luật,

trách nhiệm, kế hoạch và có kết quả hơn. Bạn có thể nói cho con biết những lúc phạt con, bạn đã đau lòng như thế nào. Bố mẹ cũng nên xin lỗi khi trách phạt sai con.

Chính sự bao dung, công bằng và tình yêu thương của bố mẹ ngay cả khi con mắc lỗi sẽ khiến con "sợ" một cách tích cực.

Có quy định rõ ràng. Để con đỡ thắc mắc khi bị phạt, bạn cần thỏa thuận, quy định rõ về các hình thức thực hiện và trường hợp áp dụng. Điều này tôi thực hiện thường xuyên với Minh Đức. Có một số lần, chưa kịp bổ sung trong "nội quy" nhưng do con vi phạm lỗi quá thì vẫn bị phạt. Lúc đó, con rất cáu giận và không phục. Vì thế, tôi đã phải khắc phục, mọi điều phải quy định rõ ràng.

Có uy tín với con. Đây cũng là một cách khiến con nể sợ bạn. Bạn cần nói là làm, hành động nhất quán, nếu không thì con sẽ nhờn, lần sau khi yêu cầu, con sẽ có thể không làm nữa. Chú ý cách cư xử của mình với những người khác trong gia đình, trước tiên là vợ/chồng, bố mẹ làm sao thể hiện rõ được trách nhiệm, tình yêu, sự quan tâm của bạn đối với mọi người. Cách bạn làm việc, kiếm tiền, cư xử với đồng nghiệp, hoặc thậm chí là người gặp ở ngoài đường cũng ảnh hưởng đến "cái nhìn" của con đối với bạn.

Lối sống của cha mẹ cũng có ảnh hưởng lớn đến mức độ tôn trọng của con. Nếu bạn là người chí thú, có chí tiến thủ, lối sống lành mạnh thì chắc chắn khiến con tôn trọng hơn là bạn chỉ sớm ngày nhậu nhẹt, kêu ca. Ngoài ra, bạn cần tôn trọng cá tính của con, không can thiệp vào thế giới riêng như đọc nhật ký, vào trộm Facebook của con.

Để con yêu quý, gắn bó với bố mẹ[6]

[6] Tham khảo thêm câu 33: Làm sao để con vừa "sợ" vừa yêu quý, gắn bó với bố mẹ, tr.

Minh Đức rất yêu mẹ. Có lần vô tình mở vở con ra, tôi vô cùng xúc động khi thấy con viết: "…tình cảm của em đối với mẹ là vô cùng sâu sắc. Từ đáy lòng mình, em muốn nói rằng: mẹ con yêu mẹ lắm".

Để con yêu thương mẹ đến như thế, tôi đã phải áp dụng rất nhiều biện pháp một cách thường xuyên và kiên trì.

Kết hợp hài hòa giữa nhu và cương

Cần thể hiện sao cho trong mọi sự nghiêm khắc đều có tình yêu và trong sự chăm lo của bố mẹ đều có sự nghiêm khắc. Sự yêu thương không phải là chiều chuộng, đáp ứng các yêu cầu của con một cách vô điều kiện mà đó là quan tâm, khích lệ, động viên để con trưởng thành, độc lập, dần dần tách ra khỏi "chiếc bóng" của cha mẹ.

Nên để ý xem phản ứng của con đối với các hành động của bạn bằng cách quan sát phản ứng của con, nói chuyện trực tiếp với con hoặc là tìm hiểu qua những người con hay tâm sự… để điều chỉnh cho phù hợp. Nếu thấy bản thân mình quá nghiêm khắc thì cần thể hiện tình yêu thương nhiều hơn, như quan tâm, giải thích kỹ hơn cho con hiểu. Hoặc nếu thấy mình quan tâm lại khiến con có vẻ nhờn thì phải giảm bớt sự chiều chuộng, bao bọc và tăng cường hơn sự nghiêm khắc đối với con.

34Con tôi quá gắn bó với gia đình, không muốn mở rộng các mối quan hệ. Tôi nên làm gì để cháu sống cởi mở hơn?

Ly là con gái út, sức khỏe lại không được tốt nên khi còn nhỏ con được bố mẹ và các anh rất quan tâm. Mẹ thì tâm lý, gần gũi như một người bạn thân, người chị gái. Tuổi thơ Ly thực sự hạnh phúc. Dường như với Ly chỉ gia đình là đủ. Lo con sẽ kém trong giao tiếp xã hội, ảnh hưởng đến tương lai sau này, mẹ Ly đã chú ý điều chỉnh để con cải thiện tính cách.

Làm công tác tư tưởng cho con

Mẹ Ly thường nói: "Con gắn bó gia đình là tốt, nhưng con không thể ở mãi với gia đình. Bố mẹ không thể luôn bao bọc con. Con đang ở tuổi dậy thì, chẳng mấy chốc sẽ bước vào đời. Vì thế, con cần sống cởi mở với mọi người để ngày một độc lập, tự tin, làm chủ cuộc đời của mình." Khi đã hiểu ra vấn đề, Ly cũng đã từng bước thay đổi bản thân.

Có thể nói, việc giúp cho trẻ hiểu được những ảnh hưởng không tốt của lối sống khép kín là một bước quan trọng không thể bỏ qua trong quá trình nuôi dạy con trưởng thành.

Điểm đặc trưng của các con diện này là rất tình cảm với gia đình, dễ nghe lời, dành nhiều thời gian ở nhà. Vì vậy, điểm thuận lợi trong giáo dục là con dễ tiếp thu những gì cha mẹ khuyên nhủ. Bạn hãy tận dụng đặc điểm này để nói chuyện, phân tích cho con hiểu.

Giúp con sống tự lập

Nghe mẹ ân cần giảng giải, Ly đã cố gắng tập sống tự lập, tự lên kế hoạch trong học tập cũng như trong các lĩnh vực khác và quyết tâm thực hiện. Gia đình chỉ đóng vai trò định hướng, hỗ trợ. Đó chính là nền tảng giúp con tự tin, hình thành thái độ sống độc lập. Nó đã giải quyết một lý do căn bản khiến Ly ngại ra ngoài là thích được an toàn, được bố mẹ che chở, không phải tự chịu trách nhiệm.

Để rèn tính tự lập, dám chịu trách nhiệm, mới đầu bố mẹ hãy giúp con tự lập từ trong gia đình như đảm bảo nề nếp sinh hoạt, học tập… Các con có kiểu tính cách này từ lâu đã gắn bó, được gia đình quan tâm sát sao nên nhiều khả năng bị hạn chế tính chủ động hoặc có thể con làm được nhưng luôn phải có chỗ dựa tinh thần là bố mẹ, anh chị em. Vì vậy, bố mẹ cần khuyến khích con dám bứt ra khỏi sợi dây vô hình là sự an toàn của gia đình để bước ra ngoài xã hội.

Giảm dần thời gian con ở trong nhà

Cha mẹ cần khuyến khích vượt qua “vùng thoải mái” là ở gia đình, động viên con đi chơi với các bạn, tham gia cộng đồng. Bố mẹ hãy dạy con cách kết bạn, bồi đắp cho con về các kỹ năng sống, tạo điều kiện để con mở rộng giao tiếp bên ngoài, khuyến khích con thể hiện quan điểm, không sợ đúng sai. Con không cần phải để ý nhiều đến những người xung quanh, không sợ phán xét. Ở lớp hay ở môi trường tập thể nói chung con hãy mạnh dạn đưa ra ý kiến.

35Con tôi cô đơn vì là con một, không có bạn bè thân, gia đình lại bận rộn. Tôi phải làm gì để giúp cháu?

Khi gia đình chỉ có một con thì bố mẹ có nhiều thời gian dành cho con hơn, tuy nhiên việc nuôi dạy một đứa trẻ là con một nhiều khi lại khó hơn các gia đình khác, nhất là khi con vào độ tuổi dậy thì.

Sự cô đơn của tuổi dậy thì

Đến tuổi dậy thì, các con thường dễ phát sinh cảm giác cô đơn. Nguyên nhân của việc này có thể là do con đang ở độ tuổi nhạy cảm, dễ bị tác động bởi áp lực từ cha mẹ, thầy cô, bạn bè và việc học hành. Thậm chí việc mọi người không quan tâm, chia sẻ và thấu hiểu suy nghĩ của con cũng có thể khiến con cảm thấy cô đơn. Ví dụ, khi bố mẹ đòi hỏi nhiều về việc học hành, ngành nghề theo học sau này mà không tôn trọng sở thích, tính cách, khả năng của con sẽ khiến con cảm giác bố mẹ không hiểu mình. Từ đó, làm xuất hiện khoảng cách lớn giữa cha mẹ và con.

Trong một số trường hợp như con không có bạn bè hoặc bị bạn bè xa lánh, con thích ai đó nhưng không được đáp lại… cũng khiến con buồn và cảm thấy cô đơn. Ngoài ra, sự cô đơn nhiều khi đến từ chính suy nghĩ, cách sống của con. Nếu con tự ti, hay tủi thân, kỳ vọng vào tình bạn, sống nội tâm, tình cảm, dễ bị tổn thương thì cũng dễ chìm đắm trong cảm giác cô đơn. Một số trường hợp con có tâm trạng này là do bắt chước các nhân vật trong phim ảnh, những nhân vật có vẻ lạnh lùng, buồn bã mà vẫn có sức thu hút mọi người. Các bạn là con một do không có anh chị em nên dễ cảm thấy mình đơn độc hơn các bạn khác.

Dành nhiều thời gian chất lượng cho con

Sự cô đơn ở đây không phải vì con là con một bởi lẽ có nhiều bạn là con một nhưng vẫn vui vẻ. Nguyên nhân chính là con dễ bị cảm giác lẻ loi, thiếu sự quan tâm, thông cảm, nhất là khi con gặp vấn đề khó giải quyết hơn các bạn khác. Vì vậy, muốn con không rơi vào trạng thái cảm xúc tiêu cực thì bố mẹ phải dành nhiều thời gian chất lượng bên con[7] và giải quyết được rắc rối con đang gặp phải. Mặc dù do bận rộn nên thời gian dành cho con không nhiều, nhưng bố mẹ cần cố gắng làm sao để con cảm nhận được sự quan tâm của bố mẹ khi ở bên và khi nào con cần, bố mẹ sẽ là chỗ dựa cho con. Cô đơn kéo dài có thể dẫn đến trầm cảm. Vì vậy, trong một số trường hợp thậm chí bố mẹ phải ưu tiên thời gian để ở bên con lúc này, vì nếu không sẽ dẫn đến hậu quả khôn lường.

[7] Tham khảo thêm Nguyên tắc chung để giải quyết các vấn đề của tuổi teen, tr 15

Cũng nên giải thích về sự vất vả, lý do phải dành nhiều thời gian cho công việc của bố mẹ để con hiểu và thông cảm hơn. Như vậy, ngay cả trường hợp mọi người trong nhà không dành được nhiều thời gian như mong muốn cho con thì con cũng sẽ không nghĩ ngợi thái quá. Từ đó, giảm bớt cảm giác cô đơn do không có người thân bên cạnh.

Giúp con có một người thân thiết ngoài bố mẹ

Đó có thể là một người họ hàng, thầy cô giáo… mà con tin tưởng. Con có thể nói với họ về những tâm sự, vướng mắc đang gặp phải, như thế sẽ giúp con giải tỏa được tâm lý, thêm nữa người đó có thể đưa ra những định hướng tốt cho con. Bố mẹ nên giữ mối liên hệ chặt chẽ với người này để luôn nắm được tình hình của con. Lưu ý đây phải là người mà bố mẹ thật sự tin tưởng để tránh trường hợp con bị lạm dụng, nhất là về tình cảm, tình dục.

Con cần có lối sống tích cực

Khi không có nhiều thời gian trống thì con sẽ ít suy nghĩ vẩn vơ, không có cảm giác bị lẻ loi. Vì vậy, bố mẹ nên khuyến khích cho con tham gia các câu lạc bộ, các hoạt động xã hội… và hướng con tập trung vào việc học hành, tăng cường kết giao bạn bè. Con cần biết thông cảm, yêu quý mọi người trong gia đình và bạn bè. Ngoài ra, nếu con là người tự tin, sống độc lập và lạc quan, vui vẻ thì cũng ít cảm thấy cô đơn.

36Con coi trọng, nghe lời bạn bè, người yêu hơn bố mẹ. Tôi phải làm gì?

Bố mẹ muốn Tuấn đi học guitar, nói mãi con không nghe. Nhưng đến khi có bạn cùng lớp rủ, con đi ngay. Cũng như bao bạn "tuổi ô mai" khác, Tuấn nghe lời bạn hơn mẹ.

Cần hiểu về xu hướng coi trọng bạn của tuổi dậy thì

Ở độ tuổi này con có xu hướng nghe lời bạn hơn là cha mẹ. Nguyên nhân sâu xa là khi ở bên các bạn, con thấy mình được khẳng định, là cá thể độc lập và dễ có tiếng nói chung, dễ được ủng hộ hơn là khi ở nhà với bố mẹ. Ngoài ra, trong trường hợp không được bố mẹ hiểu, quan tâm, hay bị quát mắng cũng khiến con dễ cảm thấy thân thiết với các bạn hơn. Tuấn là trường hợp như thế. Bình thường, ở nhà có nhiều lúc bố mẹ không hiểu con nên đôi bên xảy ra mâu thuẫn. Dần dần, trong mắt em, bố mẹ không còn đáng tin cậy nữa. Vì thế, mặc dù cùng là việc bảo đi học đàn, nhưng bạn bè nói thì con nghe còn bố mẹ nói thì không. Đúng như có câu nói đại ý rằng "vấn đề không phải là nói gì mà là ai nói".

Khéo léo khi nói chuyện với con

Bố mẹ cần gần gũi, hiểu con hơn và phải khéo léo nói chuyện với con. Khi con thấy bố mẹ hiểu mình, nói có tình có lý thì sẽ nghe lời[8]. Thực chất, không phải là các con không muốn nói chuyện với bố mẹ mà vấn đề là bố mẹ không biết nói chuyện với con. Minh Đức và tôi khá thân thiết, hiểu nhau. Vậy mà tôi còn nhớ, có hôm mở cốp xe ra, vô tình thấy quyển sách "Khi con dậy thì bạn sẽ làm gì?" mẹ mới mua để ở trong đó, Minh Đức đã rất vui và nói "Con cảm ơn mẹ!". Như vậy, chứng tỏ là các con luôn có nhu cầu muốn có ai đó hiểu mình, càng nhiều càng tốt và nhất người đó lại là bố mẹ.

[8] Tham khảo thêm Câu 32: Làm thế nào để con gần gũi với mọi người trong gia đình, tr 159.

Cho con thấy vai trò của gia đình và bạn bè. Bố mẹ nên giúp con hiểu rằng việc con chơi thân với các bạn là điều tốt vì ai cũng cần có bạn. Tuy nhiên, nếu quá nghe lời bạn (ngay cả bạn tử tế) thì nhiều khi cũng không tốt, bởi các bạn đang ở lứa tuổi giống như con, kinh nghiệm sống và kiến thức còn hạn chế, có thể đưa ra những lời khuyên không đúng. Thậm chí trong nhiều trường hợp các con không biết phải giải quyết như thế nào, ví dụ khi con gặp rắc rối với thầy cô, bị bạo lực học đường… Trong những trường hợp này nếu con không dám kể với bố mẹ mà lại kể với bạn – là những người chưa có nhiều kinh nghiệm sống – thì sẽ không giải quyết được vấn đề một cách hiệu quả. Hậu quả còn tai hại hơn khi con chơi với bạn xấu, bị bạn xúi giục làm những việc xấu.

Bạn bè là người có thể giúp con tiến lên nhưng cũng có thể khiến con đi xuống. Bố mẹ cần giúp con "chọn bạn mà chơi", chơi với các bạn tốt, ngoan ngoãn, giàu ý chí để cùng nhau vươn lên trong học tập và cuộc sống.

Con cần hiểu dù bạn tốt đến mấy thì cũng không thể thay thế được bố mẹ, không gì bằng tình cảm gia đình. Tình cảm bạn bè có thể thay đổi, nhưng tình yêu thương, sự quan tâm của bố mẹ dành cho con là bất biến. Điều tốt nhất cho con là vừa gắn bó với gia đình, vừa có những tình bạn đẹp và bền vững.

Bố mẹ cần tăng cường hoạt động chung, gắn kết gia đình để con không bị ảnh hưởng quá nhiều từ bạn bè.

Có biện pháp phòng ngừa, ngăn chặn

Dạy con khả năng biết phân biệt đúng – sai. Khi đó, con sẽ biết điều gì các bạn nói là đúng, điều gì là sai, không nghe theo bạn một cách mù quáng. Con cũng cần biết về quy định của pháp luật, chuẩn mực đạo đức và đâu là cách cư xử phù hợp. Đó chính là công cụ hữu hiệu để con tự bảo vệ mình, không bị ảnh hưởng bởi bạn xấu.

Chú ý đến các bài viết, hình ảnh con đưa lên mạng xã hội vì những nội dung đó có thể khiến cho những kẻ xấu để ý, tiếp cận và rủ rê, lôi kéo. Đặt ra quy tắc trong việc con sử dụng mạng xã hội, như các bài viết chỉ để chế độ bạn bè, không để chế độ công khai, chỉ kết bạn với người con biết rõ. Cho con hiểu về ý thức, trách nhiệm của con đối với bản thân, gia đình và cộng đồng. Khi ý thức về điều đó, con sẽ có hành xử phù hợp.

Thường xuyên tiếp xúc với các bạn của con và phụ huynh của những bạn ấy, gần gũi nói chuyện với con. Mẹ Tuấn có mối quan hệ khá chặt chẽ với các phụ huynh, thỉnh thoảng còn mời các con đến nhà ăn uống nên chị biết hiện con đang chơi với các bạn như thế nào, có bạn nào xấu không để còn kịp thời nhắc nhở con.

Dù bận rộn thì bố mẹ cũng nên tham gia các hoạt động do ban phụ huynh của lớp tổ chức. Trong các buổi gặp gỡ đó, bố mẹ có thể nắm được rất nhiều thông tin cần thiết mà bình thường khó có được ngay cả khi bố mẹ nói chuyện nhiều với con.

Nếu thấy con chơi với bạn xấu, phải có biện pháp để cách ly. Việc này cần tiến hành từng bước, trên cơ sở bố mẹ đã phân tích, giúp con hiểu ra vấn đề. Gia đình có thể dùng các biện pháp như xin cô giáo cho con đổi chỗ, hạn chế cho con tiếp xúc với bạn đó… Ngoài ra, bố mẹ cũng nên lưu tâm đến các bạn con trên Facebook của con để xem đó là những người như thế nào, có tốt hay không. Bố mẹ cần luôn quan tâm để kịp thời phát hiện, sớm có biện pháp hiệu quả để ngăn chặn việc con kết giao với bạn xấu.

37Con tôi ghét bố. Làm sao để cải thiện mối quan hệ của hai bố con?

Thu năm nay lên lớp 6, con yêu quý và thương mẹ. Từ bé, chứng kiến cảnh bố hay về muộn trong tình trạng nồng nặc mùi rượu, rồi gây sự đánh mẹ, con càng thương mẹ và ngày càng ghét bố. Con không nghe lời, chống đối bố ra mặt.

Thông thường, việc con ghét bố là do các nguyên nhân như: bố có lối sống khiến con thiếu tôn trọng, bố hay đánh mắng con khiến con tổn thương sâu sắc, con nghĩ đó là người gây nên những khổ đau cho mẹ… Điều đó để lại những dấu ấn không hay cho tâm trí và trong quá trình trưởng thành của con. Để cải thiện được tình hình, đòi hỏi sự nỗ lực lớn của cả bố và mẹ.

Bố mẹ nói chuyện thẳng thắn với nhau

Sau nhiều ngày suy nghĩ, cuối cùng mẹ Thu đã quyết định nói chuyện nghiêm túc với chồng. Mặc dù buổi nói chuyện lúc đầu khá căng thẳng do bố Thu bảo thủ, nhưng sau dần anh đã nhận ra vấn đề. Từ đó, bố Thu ít đi nhậu hơn và tuyệt đối không đánh vợ nữa.

Khi rơi vào trường hợp tương tự, bạn cần nói chuyện rõ ràng với chồng về nguyên nhân và tìm cách giải quyết. Nếu chồng có hành động sai với con, bạn cần nói chuyện riêng với chồng để động viên chồng xin lỗi con. Nếu do việc bố mẹ bất hòa thì các bạn thống nhất là phải tôn trọng nhau, không tranh cãi, xúc phạm nhau trước mặt con… Nếu đó là mâu thuẫn giữa hai bố con về lối sống thì chồng bạn cần chủ động gần gũi, quan tâm, thay đổi cách cư xử để con dần tôn trọng, yêu quý mình hơn, kiên trì gây dựng lại lòng tin với con. Nếu nguyên nhân là do con thấy bố đối xử với mẹ không tốt thì

chỉ cần chứng tỏ cho con thấy là bố thay đổi thực sự, yêu quý và tôn trọng mẹ thì cũng sẽ khiến con thay đổi cách cư xử với bố.

Nhìn chung, trong vấn đề này bạn cần giúp chồng nhận thức được lỗi của mình và có biện pháp khắc phục.

Con thay đổi khi bố thay đổi

Để mối quan hệ giữa bố và con được cải thiện thì bố phải thay đổi. Sự thay đổi của bố tập trung vào việc:

- Sửa những tật xấu, như uống rượu, chửi mắng vợ con;

- Quan tâm con và gia đình (đặc biệt là đối với con), khiến con thông cảm. Điều này là khó đối với nhiều ông bố vì không biết thể hiện tình cảm như thế nào: không biết tâm sự, thậm chí nói chuyện đơn thuần với con hay rủ con đi chơi cũng khó do con từ lâu đã có ác cảm với bố nên không muốn hợp tác. Trong trường hợp này, người bố chỉ cần thể hiện sự quan tâm bằng hành động nhiều hơn từ những việc rất đơn giản như về sớm hơn, hỏi thăm con việc học hành, trường lớp, bạn bè mà không phán xét hoặc chở con đi học, đi thi… là dần dần sẽ khiến con cảm nhận được sự thay đổi của bố. Nếu có thể, người bố hãy tham gia những hoạt động chung mà con yêu thích như cùng tập thể thao, tham gia gameshow…. Đây là một cách gắn kết gia đình hiệu quả.

Nhiều khi, ấn tượng xấu của bố đã in hằn vào con nên khó thay đổi vì thế, không còn cách nào khác là bố phải rất kiên trì, bền bỉ, đừng vì thấy con bất hợp tác mà bỏ cuộc.

Sự tinh tế của mẹ

Mẹ không chê bai bố trước con. Một số bạn thiếu kiềm chế nên kêu ca, phàn nàn về chồng trước mặt con. Điều đó khác gì việc "đổ thêm dầu vào lửa" khiến con càng nghĩ không tốt về bố. Vì vậy, bạn cần kiềm chế, để ý những điều mình nói, thể hiện sự tôn trọng chồng trước mặt con. Khi làm được điều đó tức là bạn đã tạo điều

kiện để mối quan hệ cha con không bị sứt mẻ, như vậy sẽ tốt cho cả gia đình.

Mẹ là cầu nối giữa hai bố con. Có lẽ người là cầu nối tốt nhất giữa hai bố con chính là mẹ. Bạn nên giải thích để con hiểu hơn về bố, nhất là những thay đổi, những việc mà anh ấy đã và đang làm cho con bởi vì có khi do tức giận với bố mà con không nhận ra được điều đó. Hãy gợi nhớ lại trong con về những khoảng thời gian mà hai bố con có mối quan hệ tốt đẹp. Giúp con hiểu rằng, vai trò của bố là rất quan trọng, không thể “đẩy bố ra khỏi cuộc sống của hai mẹ con” – một tâm lý tiêu cực, bất cần của một số con đang bế tắc trong mối quan hệ với bố gặp phải. Ngoài ra, bạn nên tạo điều kiện để hai bố con được gần gũi, quan tâm nhau. Ví dụ, bạn cố tình lấy lý do là bận nên nhờ chồng chở con đi học…

38Con tôi không yêu quý anh chị em ruột. Tôi nên làm gì?

Hương và Ly là hai chị em ruột, Hương học lớp 7, Ly lớp 3, hai chị em rất hay cãi vã, tỵ nạnh nhau từ việc nhỏ nhất, khiến bố mẹ rất đau đầu. Sau một thời gian áp dụng cách mà chuyên gia tư vấn, hai con đã yêu quý nhau hơn, giảm hẳn việc cãi vã, tỵ nạnh nhau thường ngày.

Giúp con hiểu “Anh em như thể tay chân”

Một hôm, trên đường đưa Hương đi học thêm về, bố đã nói chuyện, phân tích cho Hương hiểu về tình cảm của bố mẹ dành cho hai chị em. Bố còn đánh vào tâm lý thích khẳng định của tuổi teen bằng cách nói rằng, con là chị, trưởng thành hơn nên cần có cách cư xử người lớn, không nên chấp nhặt, có thể phần nào đó thay mặt bố mẹ để chỉ bảo em… và bày cho Hương cách xử lý trong một số trường hợp hai chị em xảy ra mâu thuẫn. Tối về, Ly ngạc nhiên vì chị mình cư xử dễ chịu hơn hẳn ngày thường. Sở dĩ cách làm của bố có hiệu quả vì đã chạm đến được những vấn đề như:

Giúp con suy nghĩ thông suốt. Thông thường mâu thuẫn trên xuất hiện là do con cảm giác có người (thường là em) chiếm mất vị trí của mình, không được đối xử công bằng, thấy bị tổn thương. Trường hợp chị em Hương, Ly là như vậy. Từ nhiều năm nay, Hương vẫn mang mặc cảm là bố mẹ yêu quý em hơn. Lại có trường hợp con cảm thấy lẻ loi khi mình có tính cách, lối sống khác biệt so với mọi người trong nhà, hay là các anh chị em thường khiến con bị đổ lỗi oan… cũng khiến phát sinh mâu thuẫn giữa các anh chị em ruột.

Gặp những trường hợp đó, gia đình cần thường xuyên gần gũi, giải thích cho con rằng anh chị em phải yêu thương nhau. Bạn có thể dạy con bằng các câu ca dao tục ngữ được cha ông đúc rút như

“Anh em như thể tay chân/Rách lành đùm bọc, dở hay đỡ đần” hay tốt nhất là bằng câu chuyện thực tế các anh chị em trong gia đình bạn đã yêu thương, giúp đỡ nhau như thế nào.

Tạo điều kiện cho các con quan tâm đến nhau, khích lệ vai trò của đàn anh, đàn chị.

Nhà tôi có ba anh em. Anh Nam học rất xuất sắc, từng đạt giải cao trong kỳ thi học sinh giỏi quốc gia. Không chỉ giỏi đều tất cả các môn văn hóa, anh còn có năng khiếu cả trong lĩnh vực nghệ thuật, cầm kỳ thi họa đều siêu cả. Anh vượt trội hơn hẳn hai em. Mẹ tôi đã giao cho anh nhiệm vụ dạy bảo, có trách nhiệm đối với các em. Vì thế, chúng tôi không hề ghen tỵ, trái lại còn yêu quý và biết ơn anh. Có thể nói, đây là một cách làm phù hợp, ngăn chặn hoặc thậm chí có thể “chữa” được tình trạng con ghen tỵ anh chị em mình do sự xuất sắc của họ.

Ngoài ra, thường xuyên tổ chức các hoạt động chung của gia đình, nhất là những việc cần sự đoàn kết như cắm trại, nấu ăn, chơi thể thao… là cách thức hiệu quả để kết nối các thành viên với nhau.

Tôn trọng và yêu thương con vô điều kiện

Cần đặc biệt chú ý điều này trong trường hợp con có nhiều sự khác biệt về tính cách, lối sống với gia đình. Khi đó, con thường mang mặc cảm mình “chẳng giống ai” nên thấy không gắn bó, thậm chí ghét anh chị em mình – những người giống bố mẹ.

Cha mẹ cần thể hiện tình yêu thương vô điều kiện đối với các con. Bởi lẽ, dù với nguyên nhân nào thì khi đi đến cội nguồn, chúng ta đều thấy phần lớn là do con cảm giác bản thân không được bố mẹ yêu quý, coi trọng bằng các anh chị em khác trong nhà.

Không nên có sự ngầm so sánh các con trong đầu với nhau bởi vì nó có thể thể hiện bằng những hành động có tính chất vô thức của bạn mà chính bạn không nhận ra, nhưng con lại thấy được.

Đề ra quy tắc cư xử và đối xử công bằng với các con

Gia đình cần đề ra quy tắc cư xử để hạn chế các mâu thuẫn không đáng có giữa các con, như ai sẽ là người dọn bàn ăn, trường hợp nào có thể linh động. Bố mẹ cần đóng vai trò là một trọng tài công tâm để giải quyết mâu thuẫn. Có như vậy mới giải tỏa được “ấm ức” của các con (nếu có).

39Làm sao khi con có người thân mất?

Khi gia đình có người thân ra đi ai cũng đều sẽ cảm thấy đau buồn, nhất là đối với các con ở độ tuổi teen. Mất mát này có thể tác động lớn đến tâm lý của con. Nhiều con không sớm vượt qua được dẫn đến học hành sút kém, chơi bời lêu lổng, không có tương lai. Trong trường hợp này bố mẹ nên:

Cho con sống thật với cảm xúc của mình

Bạn hãy cứ để con khóc. Khoa học đã chứng minh, khóc cũng là một cách để giải tỏa stress. Đừng để con kìm giữ nỗi buồn đau trong lòng, ngay cả với con trai. Chúng ta vẫn thường được dạy rằng, khóc biểu hiện của sự yếu đuối. Đó là một quan niệm sai lầm. Bạn hãy gần gũi để lắng nghe con tâm sự những nỗi buồn và động viên, chia sẻ cùng con.

Giúp con biết chấp nhận sự thật

Khi mẹ tôi mất, tôi đã vô cùng đau đớn, không thể tin được rằng mẹ sẽ đi xa mãi. Nhưng khi biết chấp nhận sự thật, tôi đã thanh thản hơn. Với các con tuổi teen, bố mẹ cần giải thích với con về sự vô thường của cuộc sống. Và mỗi người cần phải chấp nhận quy luật “sinh – trụ - dị - diệt”. Không ai ở mãi bên ta. Chỉ có điều là có người ra đi trước, có người ra đi sau. Người mất đã mất rồi, không thay đổi được... Khi biết chấp nhận, con sẽ thấy lòng được vơi đi phần nào.

Giúp con suy nghĩ tích cực

Bạn cần là tấm gương cho con bằng cách tích cực tham gia các hoạt động, thay vì giữ mãi tâm trạng ủ ê buồn chán. Giúp con có suy nghĩ tích cực như: người đó đang đi xa, đến một nơi tốt đẹp

hơn; con cần sống tốt hơn để người ra đi được an lòng; vẫn còn nhiều người ở bên, quan tâm lo lắng và yêu thương con…

Tôi vẫn tự động viên mình rằng, mẹ vẫn đang sống ở chính trong tôi không chỉ về mặt sinh học (gene) mà còn qua những giá trị tinh thần tốt đẹp như tính cách, lối sống mà tôi đang được thừa hưởng. Tôi cần tiếp tục sống, một cuộc sống có ý nghĩa, không chỉ cho riêng mình mà cho cả mẹ nữa.

Nếu người ra đi đó là người cùng huyết thống với con, bạn có thể tham khảo cách trên đồng thời động viên con hãy học thật giỏi, sớm cân bằng cuộc sống.

Tác động vào lối sống của con

Giúp con bận rộn, có lối sống khoa học. Có thể cho con đi học các lớp thiền, tham gia hoạt động thể dục hoặc các hoạt động thể chất khác. Những hoạt động này sẽ giúp con nhiều trong việc thoát khỏi tâm trạng hiện tại. Bạn cũng cần chú ý chế độ ăn uống, sinh hoạt của con vì nhiều con do quá đau buồn nên không chú ý điều này, dẫn đến cơ thể suy nhược. Như vậy, càng khó cân bằng lại.

Giúp con dần quên đi sự mất mát. Sau khi đã trải qua được những ngày đầu, bạn nên hạn chế nhắc đến việc người thân của con đã ra đi hoặc làm con nhớ đến những kỷ niệm về người đó. Giúp con dần lấy lại các thói quen về học tập, sinh hoạt để ổn định cuộc sống.

40Tôi có nên chia sẻ với con về những khó khăn mà mình đang gặp phải hay không?

Tình cảm sâu sắc thường được gắn kết bằng sự chia sẻ, cảm thông. Tình cảm giữa bố mẹ và con cũng vậy. Trên thực tế, có nhiều con đã cố gắng học giỏi, ngoan ngoãn vì thương bố mẹ, muốn sau này có điều kiện để phụng dưỡng bố mẹ. Bên cạnh đó, cũng có nhiều gia đình mâu thuẫn, căng thẳng vì bố mẹ thì vất vả mà con lại học hành chểnh mảng, chơi bời lêu lổng. Nguyên nhân là vì có thể con không hiểu bố mẹ cố gắng làm lụng là vì mình. Con chỉ thấy bố mẹ không quan tâm nên chán nản và mất phương hướng.

Để con hiểu được hoàn cảnh gia đình và để việc chia sẻ những khó khăn này với con hiệu quả, bạn cần lưu ý một số điểm sau:

Mục đích của sự chia sẻ

Con cần biết khó khăn của gia đình để hiểu, thông cảm với bố mẹ và có cách cư xử phù hợp. Khi đó, bạn sẽ thấy dường như được giảm bớt sự nhọc nhằn, có động lực để tiếp tục đi tới.

Các con ở tuổi teen tức là đang ở trong giai đoạn đứng trước ngưỡng cửa cuộc đời, nhận thức của con lúc này cũng khá phát triển. Bạn có thể nhắc con ý thức về trách nhiệm đối với gia đình, động viên con tham gia hỗ trợ mọi người với mức độ phù hợp. Có thể sau khi nghe xong, con sẽ vui vẻ phụ giúp cha mẹ để tăng thêm thu nhập. Điều này sẽ giúp con thêm trưởng thành và gắn bó với gia đình.

Cân nhắc về mức độ chia sẻ

Mức độ chia sẻ cần phù hợp với độ tuổi, tính cách của con. Bạn không nên kể hết cho con như với một người trưởng thành. Hãy đặt

mình vào địa vị, đặc điểm tâm sinh lý của con để lựa chọn nội dung, mức độ chia sẻ cho phù hợp. Ví dụ, khi ly hôn, bạn có thể kể với bạn thân lý do như chồng bạn ngoại tình, bạn rất hận anh ta… nhưng với con, thì chỉ nên nói rằng: “Bố mẹ chia tay nhau vì một số lý do, đến một ngày thích hợp, mẹ sẽ nói cụ thể với con”. Cũng có thể nói với con là, những ngày này mẹ rất buồn và mệt; hy vọng con hiểu và thông cảm nếu thấy mẹ cư xử khác với ngày thường. Trong lúc tâm sự, bạn nên để ý đến thái độ, phản ứng của con để điều chỉnh mức độ chia sẻ sao cho phù hợp.

Luôn thể hiện sự lạc quan, hướng về phía trước

Trong ví dụ trên, bạn có thể động viên con rằng: “Nhưng mẹ tin rằng mình sẽ vượt qua. Mẹ con mình sẽ ổn. Hãy coi như bố đi công tác thôi con ạ”. Như thế, sẽ truyền được cho con sự lạc quan trong mọi hoàn cảnh của cuộc sống – điều rất quan trọng khi con bước vào đời. Nên nhớ rằng: cách mà bạn đối diện với khó khăn sẽ chính là cách con giải quyết khi sau này gặp tình huống tương tự.

Khi chia sẻ, bạn cũng nên cùng con bàn các giải pháp để vượt qua khó khăn. Điều này vừa thể hiện sự tôn trọng con, vừa có cơ hội hiểu con hơn. Rất có thể con sẽ đưa ra những giải pháp hữu ích mà bạn không nghĩ ra.

41Tôi nên làm gì khi hoàn cảnh kinh tế khó khăn của mình có thể ảnh hưởng đến việc nuôi dạy con?

Nhiều người vẫn cho rằng, do mình không giàu có nên không nuôi dạy con được tốt. Họ cảm giác có lỗi với con vì không đem đến cho con điều kiện tốt nhất. Thực tế, cái gì cũng có hai mặt, không phải là có điều kiện kinh tế thì sẽ đảm bảo nuôi dạy con thành công và nếu bạn khó khăn thì vẫn có thể giúp con trưởng thành. Có thể nói, vấn đề không phải hoàn cảnh mà lại là cách bạn dạy con ra sao trong hoàn cảnh đó như thế nào. Bây giờ nhìn lại, chính giai đoạn tôi khủng hoảng trầm trọng về kinh tế và tinh thần lại có dấu ấn lớn nhất, tác động lớn nhất đối với sự phát triển của Minh Đức.

Giúp con không mặc cảm

Con cần thấy rằng ai cũng có những giá trị riêng của mình. Vấn đề lớn mà người không có điều kiện kinh tế hay gặp phải là tự ti, mặc cảm. Bạn có thể giúp con tránh khỏi điều này bằng cách động viên, chỉ ra cho con thấy con cũng có những giá trị riêng của mình, có những điểm mạnh, đáng tự hào mà người khác không có (bố mẹ nên chỉ ra cụ thể những ưu điểm đó với con). Trước mắt, con cần học tập thật tốt để khẳng định với bạn bè. Đừng vì hoàn cảnh gia đình khó khăn mà mặc cảm với mọi người.

Dạo đó, Minh Đức học một trường tư, nhà các bạn rất có điều kiện. Mới đầu con có vẻ cũng mặc cảm về hoàn cảnh nhà mình, nhưng sau khi được mẹ phân tích nhận ra những điều đáng tự hào về gia đình, về bản thân mình, mặt khác, cô giáo chủ nhiệm của con rất tâm lý nên con đã hòa nhập tốt với các bạn.

Chú trọng xây dựng ước mơ, khát vọng cho con. Giúp con hiểu rằng, mình nghèo thì càng phải quyết tâm vươn lên, thay đổi cuộc sống. Con cần vượt qua khó khăn, học thật giỏi. Khi có ước mơ và ý chí thực hiện là con đã có nhiều khả năng xây dựng được tương lai tốt đẹp cho mình. Thực tế là có nhiều học sinh nghèo, ở những nơi điều kiện vô cùng khó khăn đã không ngừng cố gắng và đạt được những thành công trong cuộc sống.

Làm gương cho con

Bạn cần là tấm gương sáng cho con về ý chí vượt lên số phận, nỗ lực để thay đổi cuộc sống, biết chăm lo, vun vén cho gia đình, giảm các khoản không cần thiết. Khi con thấy bạn nghèo nhưng không an phận, biết cách vươn lên, và thu vén cho gia đình, sống lạc quan, vui vẻ thì con sẽ học tập được rất nhiều từ đó.

42Con tôi chê hoàn cảnh gia đình. Tôi phải làm gì?

Vinh dạo này hay đua đòi bạn bè xấu, chê nhà nghèo, kết quả học tập giảm sút. Bố mẹ quát mắng, đòn roi nhưng Vinh lại càng lì lợm. Sau một trận tranh cãi với mẹ, Vinh bỏ nhà đi, bỏ học. Đó không phải là trường hợp hiếm gặp. Khi rơi vào hoàn cảnh tương tự, để tránh hậu quả như gia đình Vinh, bố mẹ nên làm gì khi rơi vào hoàn cảnh tương tự?

Xem xét cơ sở thái độ của con?

Việc chê hoàn cảnh nhà mình có thể là do con không hài lòng về điều kiện kinh tế hoặc về lối sống, cách cư xử của thành viên trong gia đình như phát hiện ra bố mẹ ngoại tình, gia đình thường xuyên bất hòa.

Ở tuổi này, các con thường coi trọng hình thức, để ý sự nhận xét của mọi người, nhất là bạn bè về những gì liên quan đến mình, đến gia đình mình. Vì thế, bạn nên xem xét một cách nghiêm túc, khách quan những suy nghĩ của con. Có thực sự là gia đình bạn đang có nhiều vấn đề, như hay cãi vã, khiến con xấu hổ với hàng xóm, bạn bè? Nếu vậy thì phản ứng của con là có cơ sở và mọi người trong gia đình cần tìm cách khắc phục. Còn nếu lý do là vì con thích đua đòi, ăn chơi thì cần có biện pháp áp dụng một cách kiên trì và kiên quyết để từng bước thay đổi con.

Giá trị gia đình là cốt lõi

Thức tỉnh tình cảm gia đình trong con. Nghỉ hè năm đó, Vinh được bố mẹ cho đi học lớp lập trình ngôn ngữ tư duy (NLP) về tình cảm gia đình để đánh thức tâm trí. Tại đó, với sự tác động của các giảng viên, những câu chuyện… con đã thức tỉnh, cảm nhận được công lao của bố mẹ và thấy có lỗi với bố mẹ.

Đối với các con có biểu hiện như Vinh, cần giúp con hiểu hơn về giá trị gia đình. Có nhiều cách, trực tiếp hoặc gián tiếp, để làm được điều đó. Trực tiếp bản thân bố mẹ giải thích cho con hoặc gián tiếp qua cô dì chú bác, các lớp học, sách, phim…. Giúp con hiểu rằng, không có gia đình thì con không có được như ngày hôm nay và tình cảm của mọi người đối với con.

Nếu có thể, bạn hãy thử gửi con đi trại hè quân đội, đến nhà người quen ở nơi còn nhiều khó khăn để con được trải nghiệm cuộc sống thiếu thốn, không có cha mẹ ở bên xem bạn ấy cảm nhận như thế nào. Bố mẹ cần gần gũi con hơn vì rất có thể đây là do con còn non nớt, suy nghĩ chưa sâu sắc. Đó có khi chỉ là biểu hiện của việc con khao khát có cuộc sống tốt đẹp hơn.

Tạo sức hút cho gia đình. Con không chỉ cần nhận ra giá trị của gia đình mà còn cần cảm nhận được sự đầm ấm của gia đình. Đó là sức hút làm cho những trẻ có sự lầm lạc về suy nghĩ hoặc hành động sẽ quay về. Dẫu hoàn cảnh nhà bạn có thể gặp khó khăn nhưng mọi người cần sống hoà thuận, quan tâm lẫn nhau và quan tâm con, dần dần tìm cách vượt qua nghịch cảnh.

Không dễ dàng đáp ứng yêu cầu của con

Khi con chê gia đình mình thì biểu hiện ban đầu có thể là thái độ hậm hực, sau đó tiến đến là lời nói không đúng mực với cha mẹ, thậm chí con có thể sa đà vào tệ nạn do bị bạn xấu lôi kéo hoặc bỏ nhà. Tâm trạng của các con thường là bất mãn, không muốn nghe lời cha mẹ, chỉ biết đòi hỏi. Khi yêu cầu được đáp ứng thì con sẽ thấy thoải mái lúc đó. Có thực tế là nếu con quen được chiều chuộng thì đến khi đòi hỏi ở mức độ cao hơn mà gia đình không đáp ứng được sẽ khiến con bực bội, khó chịu. Rất nhiều con đua đòi, chê gia đình có nguyên nhân là như vậy. Khi không được đáp ứng yêu cầu, có khi lại tìm cách kiếm tiền phi pháp hoặc thực hiện các hành vi vi phạm pháp luật khác. Vì thế, ngay từ bây giờ, bạn đừng dễ dàng đáp ứng các yêu cầu có tính chất đòi hỏi của con. Cần kiên quyết nhưng mềm mỏng, kết hợp với phân tích, giải thích, đánh vào tâm lý của con.

Ngoài ra, bố mẹ cần giúp con chọn bạn mà chơi, cách ly con với các bạn xấu, đua đòi để con khỏi bị lôi kéo, ảnh hưởng. Khi biết rằng kiếm tiền khó khăn như thế nào, biết cách quản lý tiền…, không ngại lao động thì con sẽ thông cảm với bố mẹ và dễ dàng chấp nhận hoàn cảnh của gia đình mình hơn.

43Phải làm gì khi con tôi hay dọa bỏ nhà đi?

Hiện tượng trẻ vị thành niên bỏ nhà đi là một vấn đề nan giải của các gia đình có con trong độ tuổi này. VTV có riêng chương trình “Ngược chiều” kể về câu chuyện bỏ nhà đi của trẻ vị thành niên và hành trình tìm kiếm đưa các em trở về với gia đình. Các gia đình có thể rút ra được nhiều bài học khi xem chương trình này.

Tức giận nhất thời hoặc do dồn nén bức xúc với gia đình đã lâu đều có thể là những nguyên nhân khiến con dọa sẽ bỏ nhà đi. Có con lại dùng chiêu thức này để gây sức ép buộc bố mẹ đáp ứng yêu cầu của mình. Để giải quyết được vấn đề này, đòi hỏi bố mẹ phải có kỹ năng xử lý.

Đánh giá mức độ bức xúc của con

Đây là việc đầu tiên bạn phải làm để có thể có cách xử lý phù hợp. Có thể chia thành nhiều trường hợp khác nhau:

Trường hợp 1: Con buột miệng, nhất thời nói ra, nhưng con là đứa trẻ yêu gia đình, nhát gan thì bạn không phải quá lo lắng. Trong trường hợp này, bố mẹ chỉ cần lờ đi và tập trung nói về vấn đề khác.

Trường hợp 2: Con quá bức xúc hoặc là con có tính tình lì lợm, liều lĩnh, bạn biết con có thể sẽ bỏ nhà đi thật. Khi đó, phải tìm mọi cách để trì hoãn. Bạn có thể nói là để tối khi bố về, mẹ sẽ bàn hoặc là bạn phải khóa cửa ngay, giữ chìa khóa. Nếu không ngăn được, để con đi thì nhiều khi, vì tính sĩ diện hay quá sợ bố mẹ nên sau đó, con biết mình sai nhưng cũng không dám về nhà.

Trường hợp 3: Con dọa để gây sức ép cho bố mẹ. Nếu con dọa mà bạn lo sợ, chiều theo ý thì con lần sau càng được thể. Tốt nhất là bạn tỏ ra không sợ, nói sang chuyện khác. Một số bạn cho rằng vì con chỉ dọa thôi nên cứ kệ cho con đi để tự rút ra bài học và lần sau

không làm thế nữa. Tuy nhiên, cần cư xử một cách rất cẩn trọng vì đi thì dễ nhưng về nhà thì khó. Cần tính đến khả năng con bị người xấu lôi kéo, khống chế hoặc vì xấu hổ, sĩ diện không dám quay lại nhà. Chỉ khi bạn rất chắc chắn về việc con sẽ đi đâu, như sẽ đến nhà bạn thân, ông bà, họ hàng thì bạn mới để kệ cho con đi. Bởi vì khi đến đó, con sẽ được mọi người phân tích và sẽ hiểu ra cái sai của bản thân để lần sau không tái diễn nữa.

Bố mẹ có thể căn cứ vào tính cách (ví dụ như lì lợm hay nhút nhát), lối cư xử thường ngày của con (nói là làm hay là chỉ doạ nạt, dễ bị tổn thương sâu sắc hay là đơn giản, vô tư..), tính chất của mâu thuẫn (nghiêm trọng hay đơn giản), thái độ của con (có hung hăng, cáu giận thực sự hay là chỉ thăm dò, doạ dẫm)… để biết con có nhiều khả năng là thuộc trường hợp nào trong 3 trường hợp trên.

Phân tích cho con

Các bạn nên áp dụng cách đợi con bình tĩnh rồi nói chuyện, phân tích về các nguy cơ do bỏ nhà ra đi như trong tương lai, hình ảnh của con không được tốt vì không ai coi trọng một người bỏ nhà ra đi, nguy cơ mất an toàn vì đi ra đường trong tâm trạng bức xúc, khả năng bị kẻ xấu lợi dụng, khống chế.

Bạn cũng nên giải thích về những mâu thuẫn vừa qua để tìm ra giải pháp phù hợp, đồng thời phân tích để con cảm nhận được tình yêu thương, sự quan tâm của mọi người trong gia đình đối với con.

Tăng cường gắn kết tình cảm gia đình

Thông thường con bức xúc bỏ nhà ra đi là do mâu thuẫn căng thẳng với bố mẹ. Bố mẹ đánh mắng, đuổi con ra khỏi nhà và con không cảm thấy được bố mẹ yêu thương như trước. Nếu mọi người trong gia đình có kỹ năng giải quyết vấn đề tốt hơn, hiểu nhau hơn thì có thể tránh được tình trạng này. Vì vậy, trong cuộc sống thường ngày, các thành viên nên quan tâm đến nhau nhiều hơn để kịp thời giải quyết các vấn đề mới nảy sinh và trên tinh thần đối thoại chứ không đối đầu.

Con cần hiểu về giá trị của gia đình, những tổn thương cho bố mẹ nếu con bỏ nhà ra đi để có cách cư xử phù hợp những lúc bức xúc.

Ngoài ra, còn có nguyên nhân là gia đình không hạnh phúc, bố mẹ ly hôn, ly thân, không ai quan tâm đến con. Bỏ nhà đi chính là một lối thoát theo suy nghĩ của các em. Một số em hy vọng rằng, với thái độ đó của mình sẽ khiến bố mẹ thay đổi cách ứng xử của mình. Vì thế, để con không bỏ nhà đi và hơn nữa là được phát triển tốt về mọi mặt thì bố mẹ cần chú trọng duy trì hạnh phúc gia đình. Đó chính là "hàng rào" bảo vệ con tốt nhất trước những ảnh hưởng tiêu cực từ bên ngoài.

Cùng con rèn kỹ năng kiềm chế cảm xúc và kỹ năng đối thoại

Như trên đã nêu, nhiều khi con chỉ nói như vậy để thể hiện sự bức xúc tột độ trong lòng. Vì thế, để khắc phục tình hình, bạn cần cho con biết về kỹ năng kiềm chế cảm xúc, như hít thở thật sâu, đi vào phòng riêng, không tranh cãi với bố mẹ. Bản thân bạn và mọi người trong gia đình cũng phải học kỹ năng này để tránh trong lúc bực tức, buông ra những lời nói, hành động gây tổn thương nặng nề cho trẻ, khiến chúng không kiểm soát được hành vi của mình. Trong lúc bực tức, bạn cũng không được đuổi con ra khỏi nhà. Rất nhiều bố mẹ đã ân hận chỉ vì lỡ lời mà khiến con bỏ nhà đi thật, gây ra bao rắc rối sau đó.

Mọi người trong gia đình đều phải biết về kỹ năng đối thoại như bình tĩnh, có tính xây dựng, không cãi ngang, không quát mắng. Nếu một người có vẻ như bắt đầu không kiềm chế được thì người kia nên dừng lại, không nên cố nói theo ý mình bằng được.

Những vấn đề về bạn bè, tình yêu

44Con tôi không có bạn. Làm sao để giúp cháu?

Đến đầu cấp 2, Minh Đức chơi với bạn vẫn không ổn. Vừa do môi trường mới, con không quen, vừa do tính tình quá hiếu động. Có những khi con không được các bạn cho chơi đá bóng cùng. Về nhà, con có vẻ không vui, nhưng lại bảo với mẹ: “Cũng chẳng sao, không ai chơi với con cũng chẳng sao, con lên thư viện đọc sách”. Nhưng đến bây giờ, tình hình khác hẳn, con đi đến đâu cũng có các bạn chơi vui vẻ.

Tuổi học trò, nhất là tuổi teen, bạn bè rất quan trọng. Các con sợ bị cô lập, trở thành người lẻ loi trong lớp. Việc không có bạn là một thiệt thòi đối với con… Lúc này, rất cần bố mẹ “ra tay”.

Con ạ, bạn bè rất quan trọng!

Từ khi biết chuyện, tôi nghĩ rằng, việc đầu tiên là cần cho con biết bạn bè quan trọng như thế nào, không thì con sẽ có tâm trạng bất cần, thu mình lại. Cứ mỗi ngày một chút, tôi nói với Minh Đức về tầm quan trọng của bạn bè. Khi có bạn tốt, giúp đỡ nhau trong học tập con sẽ tiến bộ hơn, dễ làm việc nhóm, không bị cảm giác lẻ loi, giảm nguy cơ bị bạo lực học đường... Bạn nào mà xung quanh có nhiều bạn quý mến thì ít bị bắt nạt vì bọn xấu sợ số đông, thấy con được các bạn bảo vệ nên không dám lấn tới. Khi trưởng thành bạn bè còn giúp nhau trong nhiều việc khác. Những lời nói của mẹ đã tác động đến Minh Đức, khiến con dần chú ý đến việc kết thân cùng với các bạn.

Một số con không có bạn vì là người hướng nội, hoặc do tính cách con khó hòa đồng, nhút nhát hoặc thiếu kỹ năng kết bạn, giao tiếp với bạn, quen sống độc lập, thấy rằng không có cũng chẳng sao. Gặp trường hợp như vậy, bố mẹ cần sớm có biện pháp can thiệp vì kéo dài tình trạng này con sẽ quen sống cô độc. Nếu phải tham gia

làm việc nhóm, đến chỗ đông con sẽ rất ngại, không dám phát huy khả năng của mình, có thể bị các bạn hiểu lầm, xa lánh vì cho rằng mình là người kiêu căng.

Dạy con cách "chọn bạn mà chơi"

Bố mẹ có thể giúp con chọn bạn bằng cách khích lệ con chơi với các bạn cởi mở, thân thiện, tốt bụng với tất cả mọi người. Đó là những người dễ kết bạn, giúp con vượt khỏi khó khăn ban đầu. Sau đó, khi đã có "nòng cốt" là các bạn đó rồi, con có thể mở rộng mối quan hệ sang các bạn khác.

Cần giúp con hiểu rằng nên chơi với các bạn tốt, ngoan, không đua đòi, lêu lổng, tập tành thói hư tật xấu… Bố mẹ chú ý dạy con điều này vì những kẻ xấu thường thích dụ dỗ, bắt nạt những con đơn độc, không có bạn.

Dạy con biết cách chơi với bạn

Muốn con có bạn, trước tiên con cần là người bạn theo đúng nghĩa. Thân thiện, tốt bụng, không ghen tỵ, biết quan tâm, chân thành, sẵn sàng giúp đỡ mọi người, ngay cả khi các bạn chưa quen hoặc chưa thân thiết. Điều đó sẽ thu hút mọi người đến với con vì ai cũng muốn làm bạn với một người như vậy.

Con cần tôn trọng các nguyên tắc chung, biết quan tâm, tôn trọng mọi người, tích cực và có trách nhiệm khi tham gia các hoạt động tập thể, không gian dối, nói xấu người khác. Nếu con luôn duy trì những điều trên thì sẽ khiến các bạn tin tưởng, yêu quý – những yếu tố rất cần thiết để xây dựng một tình bạn lâu dài.

Bố mẹ cũng nên hướng dẫn con cách trao đổi, trò chuyện với bạn bè qua điện thoại, tin nhắn, cách đưa ra bình luận về bạn bè trên các trang mạng xã hội, duy trì quan tâm nhau khi vào các kỳ nghỉ dài như nghỉ hè. Điều này đến bây giờ tôi vẫn tiếp tục nhắc nhở Minh Đức để hình thành thói quen cho con.

Bạn có thể tổ chức các buổi tập trung cho các con vui chơi ở nhà mình. Qua các buổi đó, nắm được cách giao tiếp của con với các bạn để có cách điều chỉnh phù hợp. Đồng thời, chú ý dạy con kỹ năng xử lý khi có mâu thuẫn với bạn như cần hỏi, trao đổi trực tiếp, thẳng thắn với nhau trên tinh thần tôn trọng cái riêng của mỗi người và có tính xây dựng, chứ không nên đi nói xấu, thanh minh với người khác. Nếu con sai, hãy biết xin lỗi và sửa chữa. Còn nếu bạn sai, biết lỗi thì con cũng cần rộng lòng bỏ qua vì ai cũng có thể mắc sai lầm.

Bố mẹ không chỉ cần khuyến khích con có nhiều bạn mà hơn thế, cần khuyến khích con có bạn thân.

Nhiều con khó chơi với các bạn ở lớp thì bố mẹ thử đăng ký cho con tham gia các câu lạc bộ, trại hè vì khi đó do cùng sở thích (CLB năng khiếu) hoặc cùng hoạt động (CLB tình nguyện hoặc trại hè) sẽ có thể làm con quên mất ngại ngần mà giao tiếp tự nhiên với các bạn.

Gần gũi, để ý con nhiều hơn

Khi gần gũi quan sát, để ý, bạn sẽ biết được con đang chơi với bạn nào, các con chơi với nhau có gắn kết không? Có gặp hiểu lầm gì không? Con có bị bạn nào khống chế, đe dọa không? Con có khó khăn gì trong việc làm quen, duy trì tình bạn? Từ đó, bạn mới có cơ sở để giúp con điều chỉnh cho phù hợp.

Bố mẹ có thể nắm được tình hình bằng cách trò chuyện với con, trao đổi với giáo viên hoặc bố mẹ các bạn cùng lớp, theo dõi hoạt động của con trên các trang mạng xã hội…

45Làm sao để con chơi với người bạn mà tôi thấy tốt cho con? Làm sao để con ngừng chơi với người bạn không tốt?

Như đã nói, vai trò của bạn bè với các con tuổi teen rất quan trọng. Các con có xu hướng muốn tự quyết định sẽ kết thân với ai mà không muốn bị bố mẹ can thiệp. Vì vậy, bạn muốn con chơi với ai, không chơi với ai thì cần phải có cách xử sự tinh tế, không ép buộc con.

Giúp con phân biệt thế nào là bạn tốt, bạn xấu

Bố mẹ cần giúp con phân biệt điều này vì khi con chơi chỉ vì sự yêu mến, nể phục có tính chất cảm tính. Con chưa có kinh nghiệm sống để có cái nhìn sâu sắc.

Phụ huynh có thể đặt câu hỏi để giúp con phân biệt bạn tốt, xấu. Câu hỏi nên gắn với tình huống cụ thể. Ví dụ, có hôm Minh Đức bị đau bụng ở lớp, tôi hỏi lúc đó có bạn nào giúp con? Hay khi con nghỉ học, bạn nào hỏi thăm con, giúp con chép bài… Các bạn mà con hay chơi cùng có giúp con những việc như thế không?

Cũng có thể thông qua câu chuyện của các bạn khác trong lớp để định hướng cho con cách nhìn nhận. Có lần bạn H lớp Minh Đức bị tai nạn rất nặng, phải vào viện. Bạn MP đã chủ động rủ các bạn vào thăm. Tôi bảo con: “MP là người biết quan tâm đến bạn bè đấy con ạ.”

Có rất nhiều cách khác để dạy con cách nhận biết bạn tốt, xấu một cách tự nhiên. Giúp con hiểu rằng bạn tốt là người yêu quý, giúp con tiến bộ, luôn ở bên con những lúc khó khăn, cho con những lời khuyên chân thành. Bạn xấu là người chỉ biết lợi dụng, bỏ đi những

lúc con cần hoặc lôi kéo con vào con đường xấu như đua đòi, bỏ bê việc học hành…

Khéo léo tác động đến con

Muốn con chơi với ai đó thì bố mẹ hãy tìm cách để con gần gũi và có thể hiểu, cảm nhận được điều tốt đẹp của bạn ấy. Ví dụ, nếu hai gia đình quen biết thì tăng cường đến nhà nhau, hoặc đi chơi, ăn uống chung. Nếu đó là bạn cùng lớp hoặc cùng khu vực nhà bạn, hãy khuyến khích các con chơi, học tập cùng nhau… Bố mẹ nên khen bạn ý nhưng là khen cách đối xử của bạn đối với con hay với các bạn khác. Không nên khen theo kiểu: “Sao nó giỏi thế?”, “Nó ngoan thật” đấy vì có khi sẽ phản tác dụng, khiến con đố kỵ với bạn và sẽ không chơi.

Đối với bạn không tốt thì bố mẹ đừng chê bai, dè bỉu vì có khi lại dẫn đến tác dụng ngược, con cho rằng bố mẹ đánh giá sai về bạn, oan ức cho bạn vì thế mà càng gắn bó, không muốn nghỉ chơi với bạn. Trong trường hợp này, phụ huynh nên bình tĩnh, khách quan phân tích cho con thấy điểm hay dở của bạn này, bạn kia và những ảnh hưởng xấu nếu con tiếp tục chơi cùng.

Bố mẹ cần thường xuyên để ý đến quan hệ bạn bè của con. Như vậy, sẽ kịp thời phát hiện những dấu hiệu không tốt, con bị ảnh hưởng bởi bạn bè xấu để sớm có biện pháp xử lý. Trong trường hợp con kết giao với bạn bè xấu, cha mẹ có thể gián tiếp can thiệp bằng cách nhờ đến sự phối hợp của giáo viên chủ nhiệm, xin đổi chỗ cho con, cắt Internet một thời gian để các con không liên lạc được với nhau trên mạng xã hội… Khi con đã chơi khá thân với nhóm bạn bè đó, cần có biện pháp kiên quyết hơn, như để ý, quản lý thời gian để con không có thời gian trống, tụ tập, chơi bời lêu lổng.

Hướng con đến những hoạt động lành mạnh

Bố mẹ có thể cho con tham gia các câu lạc bộ, các hoạt động ngoại khóa. Ở đó, con sẽ có cơ hội gặp được những người cùng sở thích, chí hướng và xây dựng được tình bạn đẹp.

Trong trường hợp việc giúp con chọn bạn chơi chưa hiệu quả thì bạn cũng không cần quá sốt ruột (ngoại trừ việc con chơi với bạn xấu thì cần phải xử lý kiên quyết). Thay vào đó, bạn giúp con trưởng thành, học tập tốt, biết cách chơi với bạn thì tự khắc dần dần các bạn tốt sẽ đến với con.

46Con tôi yêu sớm. Tôi phải làm gì?

Một hôm, tình cờ đi sửa điện thoại cho con, đọc tin nhắn, anh Mỹ sững sờ khi phát hiện ra con mình, một cô con gái học lớp 7 ngoan hiền, là cán bộ lớp mà đã biết yêu. Anh rất lo lắng chuyện tình cảm ở các con tuổi này sẽ ảnh hưởng đến kết quả học tập và có thể các con đi quá giới hạn. Từ đó, anh chị đã quản lý con chặt, đưa đón con đi học, cấm triệt để chuyện yêu đương. Nhưng càng cấm, các con càng tìm cách gắn kết nhau hơn. Con khóc lóc, dọa tự tử nếu cha mẹ vẫn tiếp tục cấm cản.

Cách can thiệp của anh Mỹ trong trường hợp này có lẽ là một cách làm sai lầm, không hiệu quả. Cần có cách thức phù hợp hơn với tâm lý lứa tuổi teen.

Bố mẹ cần thông cảm và biết chấp nhận

Ngày nay, hầu hết các rung động đầu đời đến khi các con học cấp 2, cấp 3. Nhất là trong bối cảnh các bộ phim, tiểu thuyết hay video lãng mạn có rất nhiều, đập vào mắt các con. Tình cảm các con đến một cách tự nhiên. Vì thế, bố mẹ nên thông cảm và biết chấp nhận thực tế. Khi đó, mối quan hệ với con sẽ không bị căng thẳng và bạn cũng thấy nhẹ nhàng hơn. Thay vì cấm đoán hãy tạo điều kiện tốt cho con gần gũi, chia sẻ, từ đó bạn có thể đưa ra những lời khuyên hữu ích giúp con.

Khác với anh Mỹ, chị Dung – người mẹ cũng có con yêu sớm lại có cách cư xử khác. Mặc dù cũng sửng sốt, cũng không muốn con vướng vào chuyện tình cảm học trò sớm như vậy, nhưng chị lại tìm cách gần gũi bằng cách tâm sự với con về những rung động đầu đời của mình, về tình yêu thực sự của bố mẹ. Chị tìm cách tiếp cận với bạn của con để có cơ hội hiểu chúng hơn. Chị quan niệm, điều quan trọng lúc này là bố mẹ phải khiến con cảm thấy tin tưởng vào

bố mẹ bằng cách dành thời gian gần gũi và phải hiểu được sự phát triển tâm sinh lý, mức độ tình yêu hiện tại của con. Nhờ đó, cô con gái đã chịu tâm sự, lắng nghe lời khuyên của chị.

Giúp con hiểu tình yêu đích thực là gì

Bố mẹ cần giúp con hiểu tình yêu thực sự là gì. Cần phân biệt tình yêu với rung động. Bạn cần làm điều này một cách tế nhị, phù hợp với tính cách của con. Có thể thỉnh thoảng đề cập đến hoặc nói một cách gián tiếp (qua các câu chuyện hằng ngày, qua các bộ phim cùng con xem...) để cho con hiểu về tình yêu. Nếu bạn không đủ khéo léo con sẽ nghĩ là bạn đang rao giảng mà bỏ ngoài tai.

Nếu bố mẹ có sự định hướng sớm về tình yêu, khuyến khích con tìm hiểu về giới tính trước khi con bước vào tuổi dậy thì sẽ trang bị cho con một lượng kiến thức hữu ích trước khi con vướng vào chuyện yêu đương, dù chỉ là chuyện tình cảm học trò.

Định hướng cho con

Nếu con và bạn thực sự cảm mến nhau thì bố mẹ cần ở bên, giúp con làm sao vừa giữ gìn được tình cảm học trò trong sáng vừa không gây ảnh hưởng đến học tập. Có thể dùng mối quan hệ tình cảm của con để tạo động lực cho cả hai. Ví dụ, các con cần học thật giỏi để sau này cùng đỗ đại học, cùng đi du học, nếu không thì khó mà giữ gìn được tình cảm do xa cách. Bạn cũng nên chỉ dẫn con về sức khỏe giới tính, tình dục an toàn, về việc cần giữ gìn, ý thức về cơ thể và giá trị của bản thân, không đi quá giới hạn.

Còn nếu con có tình cảm với bạn xấu, không phù hợp, có nguy cơ ảnh hưởng đến học hành, tương lai thì bố mẹ cũng không nên quyết liệt cấm đoán. Thay vào đó, phân tích cho con về những điểm hay, dở của người mà con cảm mến, giúp con hiểu người đó có thực sự là người tốt, dành tình cảm cho con, phù hợp với con không. Cũng có thể chọn cách tác động gián tiếp từ những người mà con yêu quý như anh chị em, họ hàng, bạn bè… Còn trong trường hợp mà mọi lời nói, tác động đều không có tác dụng thì bạn cũng nên chấp nhận. Và mặc dù lúc đó có thể bạn buồn, thất vọng nhưng càng cần

phải quan tâm, gần gũi để được nghe con chia sẻ và giúp đỡ, đưa ra lời khuyên một cách phù hợp, đúng lúc.

Một điều cần thiết bạn không nên lảng tránh khi con đã yêu là nói với con về quan hệ tình dục sớm. Đây không phải là việc “vẽ đường cho hươu chạy” mà chỉ là giúp cho “hươu chạy đúng đường”[9]. Ngoài ra, việc khuyến khích con tham gia nhiều hoạt động xã hội, chú trọng việc ăn uống, sinh hoạt, vào Internet với mức độ phù hợp để tạo một lối sinh hoạt lành mạnh là điều rất cần thiết đối với con trong tình huống này. Cần có sự kiểm soát một cách tế nhị, khéo léo như nắm được về thời khóa biểu, kịp thời biết khi con được nghỉ tiết, con sử dụng điện thoại như thế nào…

[9] Tham khảo thên *Câu 48: Làm sao để con tránh sinh hoạt tình dục sớm? Nếu con đã có quan hệ tình dục thì tôi phải làm gì?*, tr. 223

47Làm gì khi con đau khổ vì tình yêu tan vỡ?

Với các con tuổi teen mới biết yêu và chưa có nhiều kinh nghiệm sống thì việc tình yêu đổ vỡ sẽ là điều khiến các con rất buồn và dễ suy sụp. Trên thực tế, ở độ tuổi này, rất nhiều trường hợp các con phản ứng tiêu cực như bạo lực học đường vì ghen tuông, trầm cảm, thậm chí là tự tử vì thất tình. Trong trường hợp này, bố mẹ nên:

Ở bên con

Lúc này, con rất cần người thân thiết ở bên cạnh để an ủi, giúp nguôi đi vết thương lòng và lấy lại niềm tin vào tình yêu, cuộc sống. Để việc chia sẻ với con được hiệu quả, bố mẹ nên lưu ý một số điểm sau:

- Tìm hiểu nguyên nhân của việc chia tay. Nhưng tạm thời, nếu bạn thấy con quá đau buồn thì có thể đừng vội hỏi về nguyên nhân cụ thể của việc chia tay. Hãy đợi đến khi con nguôi ngoai hoặc bạn cũng có thể tự tìm hiểu qua bạn bè, người quen của con.

- Đánh giá mức độ tổn thương của con. Bố mẹ có thể căn cứ vào việc các con đã yêu nhau lâu chưa, tình cảm có sâu đậm không, đã quan hệ tình dục chưa, cách chia tay của các con có văn minh không…? Nếu có thì bạn cần lưu ý hơn đối với trường hợp khác, mức độ tổn thương của con không nhiều bằng – các trường hợp này con sẽ dễ mau quên.

- Tìm cách tháo gỡ, động viên con. Nếu nguyên nhân là do hiểu lầm hoặc một lý do nào đó không hợp lý mà bạn thấy tình yêu của các con là thực sự thì có thể giúp con giải quyết, tháo gỡ. Trong bất kỳ tình huống nào bạn cũng không nên tỏ thái độ mừng rỡ hoặc nói thẳng ra là “bố (mẹ) biết ngay mà”. Kể cả khi biết đó là nguyên nhân tồi tệ như con bị người yêu phản bội thì bạn đừng chì chiết, đay

nghiến hay nói điều gì tiêu cực bởi vì khi đó tâm trạng của con đang rất tệ.

Hãy động viên con rằng rồi mọi chuyện sẽ qua đi, thời gian sẽ giúp con vượt qua mọi buồn phiền, đau khổ. Chỉ cho con thấy, thực ra chia tay chưa hẳn là chuyện xấu, đơn giản chỉ là hai người không còn phù hợp với nhau, một người ra đi là cơ hội cho người khác phù hợp hơn sẽ đến. Bố mẹ có thể chia sẻ về chính tình yêu đã tan vỡ của mình trước đây để con được hiểu hơn.

Giúp con lấy lại cân bằng

Động viên con học. Trong giai đoạn này, nhiều con vì chán chường nên chểnh mảng học, khiến kết quả học tập trở nên sa sút. Bạn nên động viên để con hiểu rằng học là việc quan trọng, cả đời; hãy cố gắng học tốt, thành đạt để người yêu cũ luôn nể trọng con, ngay cả khi đã chia tay.

Khuyến khích con tham gia các hoạt động hướng ngoại. Bố mẹ hướng con đến những hoạt động tích cực, đi từ thiện đến những vùng khó khăn, gặp những mảnh đời bất hạnh để con thấy nỗi buồn của mình là nhỏ bé so với mọi người. Bạn cũng nên cho con tham gia các hoạt động thể thao, văn nghệ… mang tính tập thể, giao lưu với mọi người để con dễ nguôi ngoai.

Tránh làm những gì khiến con gợi nhớ đến kỷ niệm cũ, đến người cũ. Đồng thời, bạn động viên con cất hết những kỷ vật hoặc bỏ chúng đi.

Giúp con tin vào ngày mai, tin vào tình yêu

Nhiều con, nhất là các con ở tuổi cấp 3, vì thất tình nên chán nản, học hành sa sút, có thể trượt đại học hoặc trượt dài trong các mối quan hệ tiếp theo. Nếu con và người yêu đã có mối quan hệ sâu sắc, thậm chí từng quan hệ tình dục thì nhất là đối với con gái, ảnh hưởng sau khi tình yêu tan vỡ lại càng lớn. Các con dễ chán nản, mất niềm tin vào tình yêu, vào tương lai.

Vì thế, cha mẹ cần giúp con hiểu rằng, đó chỉ là những tình cảm của tuổi học trò, tương lai và tình yêu thực sự của con còn ở phía trước. Hãy khép lại tất cả, kể cả những dại dột, sai lầm để hướng đến tương lai. Con sẽ gặp được người phù hợp và tình yêu thực sự sẽ vững bền. Có rất nhiều sách truyện viết về những câu chuyện tình yêu sâu sắc rồi tan vỡ ở tuổi học trò, nhưng sau này đó lại là những kỷ niệm đẹp mà người ta rất mực trân trọng. Bạn có thể sưu tầm cho con đọc để hiểu hơn về tình cảm và tình cảnh của mình.

48Làm sao để con tránh sinh hoạt tình dục sớm? Nếu con đã có quan hệ tình dục thì tôi phải làm gì?

Theo báo điện tử Vnexpress ngày 22/9/2014 kết quả cuộc khảo sát "Hành vi tuổi teen đô thị" do Công ty nghiên cứu thị trường TITA tiến hành tại Hà Nội và Thành phố Hồ Chí Minh cho thấy: 43% học sinh cấp 2 và cấp 3 đã có người yêu ủng hộ quan hệ tình dục trước hôn nhân; với những em chưa có người yêu, 15% cho rằng sex là chuyện bình thường khi yêu.

Số liệu này đến nay có thể còn cao hơn nhiều. Nó thể hiện xu hướng sinh hoạt tình dục sớm của các con, nhất là ở các đô thị, dẫn đến rất nhiều nguy cơ, ảnh hưởng xấu cho tương lai. Bố mẹ chính là người có vai trò lớn nhất trong việc giúp con có thái độ, hành vi đúng đắn đối với tình yêu và tình dục.

Giúp con hiểu rằng quan hệ tình dục sớm có nhiều tác hại

Bạn nên trò chuyện để con biết về hậu quả của việc quan hệ tình dục sớm như dễ dẫn đến tình dục không an toàn, dẫn đến nạo phá thai, khả năng gây vô sinh, lây bệnh truyền nhiễm ở nam và nữ. Ở tuổi dậy thì, các bộ phận sinh dục của con chưa phát triển hoàn chỉnh, khi quan hệ có thể làm tổn thương âm đạo, dễ bị viêm nhiễm ở cả nam và nữ.

Sinh hoạt tình dục sớm cũng có thể gây nên những sang chấn về tâm thần, thậm chí là stress, gây ra chứng lãnh cảm, ảnh hưởng đến đời sống tình dục sau này của các con. Ngoài khuyên con không đi quá giới hạn trong chuyện tình cảm, bạn cần cung cấp cho con các thông tin cần thiết liên quan đến tình dục an toàn, như dùng

bao cao su và cần thiết hạn chế việc sinh hoạt tình dục nếu các con đã có quan hệ với nhau.

Một điểm đáng lưu ý là nhiều con sống ở các thành phố lớn vẫn ngây thơ, chưa hiểu đúng về quan hệ tình dục và mang thai, như nghĩ rằng quan hệ xong, chỉ cần con gái rửa sạch vùng kín là có thể trôi được tinh trùng và sẽ không có thai… Vì thế, bố mẹ cần thẳng thắn, không né tránh việc dạy con các kiến thức về giới tính, tình dục để tránh việc ngoài ý muốn hoặc tâm lý hoang mang, lo sợ do thiếu hiểu biết.

Giúp con trang bị những kỹ năng, kiến thức cần thiết

Con cần hiểu rằng, nếu yêu nhau thực sự thì nên giữ gìn cho nhau vì những nguy cơ có thể xảy ra như đã nêu ở trên.

Ngoài ra, con cũng cần được trang bị các kiến thức cần thiết như, tránh việc chỉ có hai người ở với nhau, kỹ năng từ chối khi người yêu đòi hỏi. Phân tích cho con hiểu về tình huống người yêu ra điều kiện là phải có quan hệ thì mới chứng tỏ tình yêu, mới tiếp tục yêu con…

Vân yêu sớm. Khi biết chuyện, mẹ chỉ bảo: “Nếu Vinh (người yêu Vân) không đòi ‘quan hệ’ thì mẹ mới tin vào tình yêu của các con”. Quả thật, chỉ khoảng một tháng sau, Vinh đã đòi sex, khi Vân không đồng ý thì cậu ta dỗi, cho rằng con không yêu thật lòng. Nhận ra bộ mặt thật của người yêu là chỉ muốn lợi dụng nên Vân đã chủ động chia tay.

Kiểm soát một cách tế nhị và giúp con tránh các kích thích

Ở độ tuổi này, con dễ bị kích thích về tình dục. Vì vậy, bạn cần chú ý về phim ảnh, Internet, sách báo... Những cảnh nóng hoặc thậm chí là hình ảnh mát mẻ cũng kích thích, khiến nhu cầu tình dục của con bị thôi thúc. Việc sinh hoạt vợ chồng, ăn mặc của bạn ở nhà cũng nên ý tứ, kín đáo.

Bạn nên tìm cách hạn chế việc các con có không gian riêng, hạn chế tụ tập đi chơi riêng, đi picnic qua đêm theo nhóm. Nên thường xuyên cập nhật lịch học của các con, để kịp thời biết được khi nào con được nghỉ học, nghỉ tiết để tránh việc các con lợi dụng lúc này để hẹn hò, gần gũi nhau.

49Làm sao để trang bị cho con kiến thức về giới tính?

Có thể nhiều bố mẹ ngại đề cập đến vấn đề giới tính đối với con, nhưng đây là vấn đề quan trọng mà bạn cần sớm trang bị cho con ở lứa tuổi teen. Có nhiều cách để dạy con, đó là:

Bố mẹ trực tiếp dạy con

Bố mẹ có thể vượt qua được nỗi ngại ngần để dạy cho con những kiến thức về giới tính là điều tốt nhất. Thông thường thì bố sẽ dạy cho con trai và mẹ sẽ dạy cho con gái. Bạn có thể tìm mua những cuốn sách về giáo dục giới tính, đọc trước và sau đó truyền đạt lại cho con. Nếu cố gắng coi đó là việc bình thường, không có gì phải ngại ngần thì bạn sẽ vượt qua được rào cản tâm lý, nói chuyện với con sẽ tự nhiên, thoải mái hơn.

Nếu bạn thấy không khí gượng gạo thì hãy chọn những lúc mà bạn và con có các hoạt động chung yêu thích để nói chuyện. Ví dụ như mẹ con cùng xem phim, xem video ca nhạc… và khi trên màn hình có những cảnh tình cảm, bạn nói rằng yêu nhau đến một mức độ sâu sắc nào đó và cả hai cùng có sự trưởng thành thì việc quan hệ tình dục là điều tất yếu. Tuy nhiên, ở lứa tuổi các con thì chưa nên vì chưa đủ độ trưởng thành về mặt tình cảm lẫn thể chất. Quan hệ sớm có thể dẫn đến những ảnh hưởng xấu về tâm lý và khả năng có con sau này… Chị bạn tôi còn dạy theo cách khác. Bởi vì con và chị hay đi bộ với nhau vào buổi tối nên những lúc đó chị tranh thủ dạy con về giới tính. Chị bảo rằng, lúc đó hai mẹ con cùng phải nhìn phía trước để đi nên con không nhìn vào mặt chị, giúp chị cảm thấy thoải mái hơn là việc ngồi ở nhà một cách nghiêm chỉnh.

Khuyến khích con tự tìm hiểu

Nếu bạn không muốn trực tiếp dạy con về giới tính thì có thể mua sách, tạp chí dạy về vấn đề trên rồi để ở bàn học tập hay ở giường con để con tự đọc. Hiện nay, trên thị trường có rất nhiều sách chất lượng về vấn đề này. Như vậy thì cả hai bên đều đỡ ngại.

Cho con đi học các lớp kỹ năng sống cũng là một cách hay. Khi đến một môi trường mới, không có người quen thì con sẽ tiếp nhận kiến thức thoải mái hơn và nhập tâm hơn.

Cùng con học tập và định hướng tương lai

50Tôi nên làm gì khi con chống đối giáo viên?

Vào một năm cấp 2, Minh Đức và nhiều bạn trong lớp không thích một cô giáo bộ môn nọ, thậm chí là các con còn tỏ ra chống đối, không học, không ôn thi, bị mấy điểm thì cũng kệ. Tôi đã có bài viết khá chi tiết trên Facebook cá nhân có tên Đối thoại âm nhạc và vấn đề mang tên cô giáo. Bài viết được rất nhiều người ủng hộ và có lượt chia sẻ cao, đặc biệt là bởi các giáo viên. Nội dung có thể tóm tắt là mặc dù sự việc của con trầm trọng nhưng chỉ qua một buổi vừa cùng nghe nhạc, vừa nói chuyện tôi đã phân tích cho con ngọn ngành về sự việc. Sau đó, kết hợp với một số lần nói chuyện khác, con đã thay đổi thái độ, từ chỗ chống đối quyết liệt trở thành hợp tác, tự giác học tập để bảo đảm mục tiêu con đã đề ra. Bạn có thể dựa vào các nguyên tắc dưới đây để xử lý tình huống này:

Bình tĩnh và yêu thương

Khi đó, mới đầu khi biết chuyện, tôi cũng bực trước thái độ khăng khăng của con, nhưng sau đó nghĩ lại, mới thấy rằng, đừng vội vàng cáu giận, đổ lỗi hoặc lo lắng quá vì con sẽ dễ thấy bị oan ức, tổn thương. Có thể con sẽ không mở lòng nữa vì dù với bất kỳ lý do gì, ngay cả khi có lỗi thì khi bị quát mắng, con cũng cảm thấy rất khó chịu, thậm chí là lo lắng. Nghĩ vậy nên tôi đã nói chuyện với con tôi rất thẳng thắn, cởi mở.

Việc của bố mẹ lúc này là giúp con trấn tĩnh, tìm nguyên nhân và đưa ra giải pháp phù hợp, tin vào việc học tập tiếp theo. Tránh trường hợp con chán nản vì nghĩ sau này sẽ bị cô trù hoặc đi đâu cũng bị mang tiếng…

Tìm hiểu sự việc

Sau khi tìm hiểu tôi mới biết nguyên nhân là cô giáo đã nhiều tuổi, vẫn giữ cách giảng dạy truyền thống, không truyền cảm hứng được cho các con, trong khi cô giáo trước đó lại có cách giảng sinh động, hấp dẫn khiến các con rất thích. Các con vừa nhớ cô cũ, vừa chán cô mới, trong khi kiến thức môn học lại nặng nên sinh ra chán nản, chống đối. Mặc dù đã hiểu vấn đề, nhưng để con biết thông cảm, tôi bảo, con thử đặt mình vào địa vị cô để hiểu những tổn thương các con đã gây ra cho cô. Nghe xong, Đức im lặng, không nói gì.

Cha mẹ cần tìm hiểu nguyên nhân một cách cẩn thận và khách quan. Không nên làm rùm beng mọi chuyện, làm ảnh hưởng đến uy tín của nhà trường khi chưa biết thực hư ra sao. Để biết được nguyên nhân, bố mẹ cần nói chuyện nghiêm túc với con, với giáo viên mà con gặp vấn đề. Sự thẳng thắn, khách quan là rất quan trọng. Bạn cũng nên thử đứng ở góc độ giáo viên để hiểu về tâm lý, hành động của họ hơn, chứ không nên vì bênh vực, xót con mà có những ác cảm, định kiến. Việc nắm thông tin qua bạn bè, các thầy cô giáo khác, đặc biệt là giáo viên chủ nhiệm là rất cần thiết. Bạn cần biết được tính chất, mức độ của mâu thuẫn như là: đã xuất hiện lâu chưa, con và giáo viên có lỗi gì, mức độ tổn thương cho mỗi bên như thế nào… Đây là vấn đề bạn phải rất chú ý nếu như muốn tìm được giải pháp phù hợp.

Tổ chức đối thoại

Nếu có thể, bạn tổ chức đối thoại trực tiếp giữa con và giáo viên để trao đổi, nắm tình hình trên tinh thần cầu thị. Trong buổi này nên có người thứ ba đứng ra, có thể là Ban giám hiệu, cô chủ nhiệm (trong trường hợp con mâu thuẫn với giáo viên bộ môn) để giúp có thêm những ý kiến khách quan. Khi được trực tiếp nghe nhiều luồng ý kiến cùng lúc thì bạn dễ hình dung ra “câu chuyện” đó một cách khách quan, đầy đủ.

Tìm giải pháp

Sau khi tìm hiểu kỹ vấn đề, bố mẹ cần tìm cách đưa ra giải pháp. Bạn có thể trao đổi với con, nhưng xác định là con không có nhiều kinh nghiệm sống, tâm trạng đang không tốt, trong khi đây là vấn đề

phức tạp nên bố mẹ sẽ giữ vai trò chính. Các giải pháp được đưa ra trên cơ sở ít gây tổn thương, xáo trộn nhất về học tập và cuộc sống của con. Đồng thời, bạn cũng nên trao đổi với giáo viên, nhà trường trên tinh thần hợp tác, tôn trọng và xây dựng, tham khảo ý kiến của những người có kinh nghiệm về vấn đề này. Nếu bố mẹ cảm thấy khó trao đổi với giáo viên mà con gặp rắc rối thì có thể thông qua các trung gian như giáo viên chủ nhiệm, ban giám hiệu nhà trường để họ có thể góp ý cho giáo viên đó.

Nhìn chung, cần chú ý cho con thấy mình và giáo viên đã đúng, sai như thế nào. Nếu lỗi sai thuộc về con thì con cần sửa. Nếu lỗi thuộc về giáo viên, bạn cũng cần trao đổi thẳng thắn để họ có cách cư xử phù hợp hơn. Trong trường hợp có khả năng nếu tiếp tục học với thầy cô đó thì sẽ không tốt, bạn có thể tính đến phương án đề nghị đổi giáo viên hoặc chuyển lớp, chuyển trường cho con. Nhưng đó là các phương án cuối cùng vì đều mang lại nhiều ảnh hưởng tiêu cực đến cả hai bên: con và giáo viên. Tốt nhất vẫn là cả hai tự nhìn lại mình, có cách điều chỉnh lại thái độ, hành vi theo hướng hợp tác với nhau.

Trong trường hợp của Minh Đức, cuối cùng tôi đã đồng ý cho con làm bài tập môn học trong giờ của cô cho đỡ chán nản sau khi đã ghi đủ bài. Và yêu cầu con về nhà tự học, bảo đảm cuối năm vẫn có kết quả tốt. Còn về phía cô giáo bộ môn, cô chủ nhiệm đã góp ý và cô đã cải tiến cách dạy.

Tiếp tục theo sát tình hình

Nếu bạn vẫn cho con tiếp tục học giáo viên đó thì cần lưu ý là thông thường, sau đó quan hệ thầy trò khó có thể như chưa có gì xảy ra. Nó vẫn đọng lại ấn tượng không hay cho người trong cuộc. Vì vậy, bạn vẫn cần luôn theo sát con để kịp thời có biện pháp xử lý nếu tình hình không cải thiện.

Ngay cả trong trường hợp con không học giáo viên đó nữa thì bạn cũng nên để ý, tháo gỡ tâm lý cho con, tránh việc bị ám ảnh, có ấn tượng xấu về môn học hay các giáo viên.

Đến năm học sau, Minh Đức dù không còn học cô giáo đó nhưng thời gian đầu con vẫn không học tốt bộ môn được như năm trước. Con bảo rằng, cô làm con mất hứng thú học. Đó có thể chưa phải là lý do chính đáng, nhưng nó đã khiến tôi phải liên tục để ý, đồng hành để giúp con lấy lại phong độ học như ngày nào.

51Cha mẹ cần làm gì khi con là nạn nhân của bạo lực học đường?

Những năm qua, bạo lực học đường có xu hướng gia tăng phức tạp, không chỉ phổ biến ở học sinh nam. Việc tung clip có cảnh bị bạn đánh lên mạng đã khiến các con là nạn nhân càng bị khủng hoảng tinh thần nghiêm trọng. Đã có những trường hợp nạn nhân hành động tiêu cực, tìm đến cái chết. Khi phát hiện con bị bắt nạt, phụ huynh chúng ta cần phối hợp với nhà trường để có biện pháp xử lý kịp thời.

Trấn an con, thăm khám, tìm bằng chứng

Khi rơi vào hoàn cảnh này, trẻ thường rất hoảng loạn. Vì vậy, bạn cần tìm cách trấn an và nói với con rằng gia đình sẽ luôn ở bên và bảo vệ con. Mọi chuyện đã qua rồi. Con không phải sợ gì hết. Đồng thời, bạn nên đưa con đến bệnh viện để thăm khám, làm chứng nhận thương tích, thu thập bằng chứng tại hiện trường… Trong trường hợp nghiêm trọng, bạn nên báo ngay với nhà trường, cơ quan chức năng để kịp thời can thiệp và giải quyết vấn đề.

Tìm hiểu nguyên nhân cụ thể

Con bị bạo lực ở trường thường do các nguyên nhân sau: Con học ở môi trường mà có các bạn hay giải quyết mâu thuẫn bằng bạo lực; hành vi của con có nhiều điểm khác biệt so với số đông, bị các bạn (hoặc bạn "đầu sỏ") ghét; do hiểu lầm; con nhút nhát, dễ bị bắt nạt hoặc có những điểm khiến các bạn xấu muốn lợi dụng (như nhà có điều kiện); gia đình, nhà trường, xã hội không biết để sớm có biện pháp ngăn chặn…

Để có biện pháp phù hợp, phụ huynh cần tìm hiểu nguyên nhân cụ thể là gì. Động viên để con không sợ, nói thật lý do cho bố mẹ biết.

Bạn cũng có thể tìm hiểu sự việc qua bạn bè, thầy cô của con…

Tìm giải pháp

Trong trường hợp này, giải pháp đầu tiên là thông báo với giáo viên, nhà trường của con và của bạn đã đánh con (trong trường hợp hai cháu học khác trường, lớp) để tìm cách tháo gỡ. Bạn cũng có thể phối hợp với gia đình bạn kia để giải quyết với thái độ bình tĩnh, thiện chí để tránh trường hợp dẫn đến xô xát giữa hai bên.

Cách tốt nhất là giải quyết bằng biện pháp các bên tự thỏa thuận, hòa giải. Bảo đảm là các con không bị ảnh hưởng quá nhiều đến học tập, tâm lý và biết rút kinh nghiệm từ chuyện xảy ra để hoàn thiện cách sống của mình. Việc bạn làm căng thẳng tình hình, quyết "trừng trị" bạn kia không phải là cách hay, có thể làm hỏng tương lai của một đứa trẻ. Trong trường hợp cần thiết, nếu hai cách xử lý nêu trên không hiệu quả thì bạn có thể báo với cơ quan pháp luật để được can thiệp kịp thời.

Rút kinh nghiệm

Sau khi mọi chuyện đã xong, bố mẹ và con cần rút kinh nghiệm, căn cứ vào nguyên nhân con bị bạn cư xử bạo lực để có cách khắc phục. Thay đổi lối sống, cách cư xử của con với mọi người mới là giải pháp bền vững lâu dài. Con cần được trang bị kỹ năng sống tốt hơn để con hoà đồng, không bị hiểu lầm, giải quyết tốt mâu thuẫn với bạn, tránh bị tái diễn tình trạng bạo lực (có thể không xảy ra với bạn cũ nhưng lại với bạn mới), có kỹ năng tự vệ, kỹ năng thoát hiểm để sử dụng khi bị các bạn đánh. Bố mẹ cũng nên xem lại cách giáo dục của mình xem có thiếu sót gì, dẫn đến việc con bị bạo lực để có cách khắc phục. Nếu môi trường con học không tốt, các bạn hay đánh nhau, giáo viên, nhà trường giải quyết không hiệu quả thì phụ huynh nên cân nhắc chuyển con đến trường khác có nề nếp hơn.

Đồng thời, bố mẹ cần ở bên để giúp con vượt qua sự ám ảnh, sợ hãi, nhanh hòa nhập với cuộc sống, tránh những tổn thương tâm lý lâu dài.

52Con tôi thích bạo lực với bạn. Tôi phải làm gì?

Như đã nói ở trên, hiện nay bạo lực học đường không phải là tình huống hiếm gặp. Nguyên nhân của tình trạng con hay sử dụng bạo lực với bạn có thể là: Con sống trong môi trường mọi người trong gia đình hay sử dụng lời nói nặng nề hoặc dùng vũ lực với nhau; con thích xem phim bạo lực; do đang cô đơn, đau khổ; được nuôi dưỡng theo cách quá nghiêm khắc hoặc quá nuông chiều; thiếu kỹ năng giải quyết mâu thuẫn… Việc con hay vào mạng, ít vận động, giao tiếp xã hội cũng có thể là nguyên nhân khiến con có cách cư xử chưa phù hợp. Khi con có thói quen này sẽ dẫn đến khả năng phạm tội, ảnh hưởng đến tương lai.

Câu chuyện của Vinh

Từ khi bắt đầu đi học, Vinh đã thường xuyên đánh nhau. Con thường xuyên rủ các bạn bắt nạt những bạn khác. Rất nhiều lần nhà trường đã phải mời bố mẹ Vinh lên nói chuyện, tìm cách giải quyết nhưng tình hình không được cải thiện. Mọi chuyện chỉ thay đổi khi con được gặp cô chủ nhiệm rất tốt và tâm lý. Cô thường xuyên gần gũi, nói chuyện với con. Con đã khóc khi nói mình rất buồn vì gia đình bất hòa, bố hay đánh mẹ, đánh con. Khi đánh các bạn, con thấy mình thoải mái hơn. Cô chủ nhiệm đã mời cả bố mẹ lên để nói chuyện, trao đổi, góp ý. Nhờ sự thay đổi của cha mẹ, sự tâm lý của cô mà con đã dần bỏ được thói quen đánh bạn.

Thay đổi môi trường cho con

Cô chủ nhiệm đã đề nghị bố mẹ Vinh thay đổi cách cư xử, không để mối quan hệ vợ chồng của mình ảnh hưởng đến con, càng tránh việc dùng vũ lực với con. Rất may là cha mẹ Vinh đã nhận ra vấn đề và tìm cách khắc phục.

Trong trường hợp con có biểu hiện hay đánh nhau với bạn, cha mẹ phải tạo cho con một môi trường sống yên bình, mọi vấn đề cần được giải quyết bằng phương pháp đối thoại chứ không dùng vũ lực. Nhiều nghiên cứu cho thấy, khi con sống trong gia đình bạo lực thì con sẽ có xu hướng dùng vũ lực với các bạn. Báo An ninh thủ đô điện tử ngày 18/12/2017 đăng tin: "Số liệu của Bộ Công an nghiên cứu trên 2.000 học viên các trường giáo dưỡng cho thấy khoảng 50% em có tuổi thơ từng sống trong tình trạng hà khắc của bố mẹ". Đây là con số rất đáng báo động, đòi hỏi mỗi cha mẹ cần nhìn lại cách cư xử của mình đối với con.

Ngoài ra, để tạo môi trường tốt cho con thì gia đình không nên cho con xem các phim, chơi game bạo lực. Chú ý các bạn con đang chơi xem đó có phải là những bạn hay đánh nhau, nhất là thuộc diện "đầu gấu" ở trường hoặc rủ con đi đánh nhau hay không vì trẻ em ở độ tuổi này dễ bị ảnh hưởng bởi bạn bè. Nếu chơi với các bạn như vậy, con cũng sẽ có nhiều khả năng là dùng vũ lực với các bạn.

Gần gũi con, giảng giải để con nhìn thấy hậu quả

Nhiều con đánh nhau là để giải tỏa những bức xúc trong nội tâm, ví dụ như cảm giác cô đơn, buồn vì bố mẹ chia tay hay những mất mát nào đó… Vì vậy, bạn cần gần gũi, nói chuyện để con có thể tâm sự, chia sẻ hoặc đơn giản là con cảm nhận được sự quan tâm của gia đình.

Thời gian chúng tôi chuẩn bị chia tay, Minh Đức ở nhà thì vẫn ngoan, quan tâm mẹ hơn trước, nhưng khi đi học, con lại hay đánh nhau với một bạn ở lớp bên cạnh. Đó có lẽ là một cách giải tỏa tâm lý bức xúc bên trong của con. Sau khi cô giáo cho biết, tôi đã gần gũi con hơn và giảng giải nên con đã hiểu và sớm dừng hành vi đó.

Dù đánh nhau vì lý do gì, các con cũng cần biết về hậu quả khi đánh bạn, như sẽ bị nhà trường hay nặng hơn là pháp luật xử lý, thậm chí là đi tù. Các con ở độ tuổi cấp 2 hay cấp 3 nên được trang bị những kiến thức pháp luật này. Đó chính là một loại hàng rào vô hình khiến con phải cân nhắc hành vi của mình.

Giúp con trở nên mềm tính hơn

Nếu như bố mẹ quan tâm dạy con về lối sống nhân hậu như đã nêu ở phần nguyên tắc chung, biết trân trọng tình bạn, tôn trọng những ý kiến khác biệt, thương những người yếu thế (như các bạn nhỏ bé, ốm yếu, nhút nhát…) thì cũng sẽ giảm đi việc con dùng vũ lực để giải quyết vấn đề.

Giúp con sống ôn hòa hơn bằng cách khuyến khích con tìm hiểu các môn nghệ thuật có tính tĩnh như thiền, vẽ.. Ngoài ra, con cũng cần được trang bị kỹ năng kiềm chế cảm xúc, giải quyết mâu thuẫn đối với bạn…

53Con tôi không có ý chí, không tự giác học. Có cách nào để thay đổi tình hình không[10]?

[10] Cần phân biệt trường hợp này với trường hợp con chán học. Ở đây muốn nói đến trường hợp con học hành láng cháng, học như chơi, thiếu tập trung, học cho qua chuyện... Tuy nhiên, một số cách thức giải quyết 2 tình huống này có sự tương đồng. Vì vậy, bạn nên tham khảo cách giải quyết ở cả hai trường hợp.

Đây là một trong những chủ đề rất nóng, khiến nhiều bố mẹ bức xúc. Thực tế thì ở độ tuổi teen, chỉ có một số ít các con tự giác xây dựng cho mình mục tiêu học tập và chủ động, tự giác thực hiện.

Nguồn gốc của vấn đề

Việc không có ý chí, không tự giác học có nguyên nhân chính là vì con vẫn ở độ tuổi ham chơi, chưa thực sự thấy tầm quan trọng của việc học, nhất là đối với nhiều con yêu sớm khiến xao lãng học hành. Nếu bạn nói với con rằng, hãy chăm học để về sau được vào trường tốt, công việc tốt, lương cao thì nghe có vẻ xa vời với nhiều con, nhất là các con ở độ tuổi đầu cấp 2.

Ngoài ra, nếu gặp vấn đề về học tập, trường lớp (học kém, mâu thuẫn với giáo viên, không hòa nhập được với bạn bè…) hay có vướng mắc về tinh thần, hạn chế về thể chất cũng có thể khiến con không có động lực học tập. Cũng có thể nguyên nhân nằm ở điều kiện kinh tế, vị thế của gia đình như con nghĩ rằng, không cần học thì vẫn có thể đi du học tự túc, về sau sẽ kế nghiệp gia đình hoặc bố mẹ sẽ xin được việc…

Tháo gỡ các vướng mắc hiện có của con

Nếu con tiếp thu kém, bạn có thể nhờ người có phương pháp phù hợp kèm thêm. Nếu chương trình học quá nặng so với khả năng thì cần mạnh dạn chọn môi trường học phù hợp, tránh trường hợp con lực học thì bình thường nhưng lại học các trường, lớp chú trọng thành tích, có quá nhiều bài tập nâng cao. Đây là điều khó khăn đối với rất nhiều phụ huynh Việt Nam vì khó vượt qua được mặc cảm, sợ mọi người biết con học kém hoặc không bỏ được kỳ vọng đối với con. Tuy nhiên, bạn cần lưu ý rằng khi con học quá nặng thì sẽ tạo sức ép lớn, khiến lực học và tinh thần con có thể bị trượt dốc ngày càng nghiêm trọng.

Giải quyết mâu thuẫn với giáo viên, bạn bè nếu như đây là vấn đề khiến con giảm hứng thú với học tập… Ngoài ra, bạn cũng cần để ý xem con có gì vướng mắc với bố mẹ, hoặc có vấn đề gì khác ảnh hưởng đến tinh thần (như mặc cảm tự ti về hình thức, về năng lực khiến "tự kỷ ám thị" rằng mình không thể học giỏi hoặc giỏi cũng chả giúp được gì…) để giúp con giải tỏa. Khi đã tháo được "nút thắt" thì có thể củng cố tình hình để con bước tiếp trên con đường học tập.

Dùng "ngoại lực" và "nội lực"

Bố mẹ cần dùng tác động của "ngoại lực". Đó là việc bạn đề ra các kế hoạch học tập trước mắt và lâu dài, kiên trì đồng hành, giúp con thực hiện kế hoạch. Mục đích ở đây là hình thành được nếp học cho con. Khi đã vào nếp thì con sẽ cứ theo đó mà thực hiện. Ngoài ra, bạn có thể thường xuyên tạo điều kiện để con được gặp anh chị đạt học bổng cao, được du học nước ngoài hay những người thành công, nổi tiếng, giàu có để hình thành ở con mong muốn về sau mình cũng đạt được những thành quả như thế. Từ đó, con sẽ có động lực học tập lớn hơn.

Cần khơi gợi sức mạnh của nội lực trong con. Khi bạn biết cách khơi gợi những ước mơ, hoài bão và sự quyết tâm, nghị lực trong con thì con sẽ tự giác học tập. Đây là cách thức rất hiệu quả. Có thể lúc đầu, nó khiến bạn rất mất công, nhưng sau đó sẽ rất nhàn vì gần như bạn không cần nhắc nhở nhiều mà con vẫn tự biết cách học và học tốt. Ngoài ra, bạn cần cho con thấy tác dụng của môn học đối với đời sống và tương lai của con để thấy chúng không khô khan,

vô nghĩa. Tránh được trường hợp con không biết học môn đó để làm gì.

Kiểm soát hợp lý

Các con có đặc điểm này thường dễ bị tác động, lệch hướng, chủ quan nên càng cần có sự kiểm soát của bố mẹ. Mục đích là để giúp con đi đúng hướng, duy trì nề nếp học tập. Tuy nhiên, sự kiểm soát phải đảm bảo linh hoạt, tôn trọng con. Ví dụ, bạn yêu cầu khi học bài thì phải mở cửa, vị trí ngồi học sao cho bảo đảm bạn chỉ cần đi lướt qua cũng biết là con đang làm gì, tránh trường hợp con đóng cửa hoặc ngồi ở chỗ khuất để làm việc khác.

54Tôi phải làm gì khi con tôi chán học?

Một số con, vì một vài lý do nào đó mà trở nên chán học, khiến kết quả học tập sa sút, trong khi đây lại là giai đoạn học tập rất quan trọng, quyết định khả năng vào cấp 3, đại học của con. Bạn cần kịp thời phát hiện và có giải pháp hợp lý để giúp con khắc phục tình trạng chán học, duy trì được phong độ học tập tốt nhất.

Nắm tình hình hiện tại và nguyên nhân khiến con chán học

Bạn cần tìm hiểu xem hiện nay tình trạng học từng môn học của con cụ thể ra sao. Con học kém, chán một môn hay tất cả các môn? Mức độ giảm sút ra sao? Nguyên nhân là gì? Dạo này con có thay đổi gì? Mối quan hệ của con với thầy cô và bạn bè có vướng mắc gì không? Mối quan hệ với bố mẹ, anh chị em có ảnh hưởng gì đến con không? Chú ý về môi trường học ở nhà xem có gì làm con mất tập trung, ảnh hưởng đến việc học hay không (con nghiện game, Facebook…)? Bố mẹ cố gắng kiềm chế, đừng quát mắng, bắt ép con học vì ở độ tuổi này, các con muốn khẳng định bản thân, dễ làm trái ý cha mẹ. Cũng có trường hợp các con không biết lý do chán học là gì, mà đơn giản chỉ là mất đi hứng thú. Phụ huynh hãy luôn động viên, khích lệ con từ những sự nỗ lực nhỏ nhất mà con có.

Có giải pháp phù hợp

Nếu nguyên nhân là con thấy học khó, không hiểu, thầy cô giảng không hay, trước tiên bố mẹ cần giúp con hiểu bài, làm tốt các bài ở sách giáo khoa. Bố mẹ có thể trực tiếp giảng lại bài, hỏi giáo viên để hiểu hơn về tính chất, yêu cầumôn học và khả năng của con hoặc thuê gia sư tốt để kèm thêm cho con…

Một số con chán học vì chương trình học nặng quá, áp lực lớn về điểm số và các kỳ thi. Khi đó, bạn cần giảm áp lực cho con. Hãy

chọn chương trình học sao cho phù hợp với năng lực và sức khỏe của con. Cho con được nghỉ ngơi, thư giãn nhiều hơn, tham gia nhiều hoạt động về thể chất, hoạt động xã hội… để giảm stress. Ngoài ra, chú ý thời gian ngủ nghỉ và chế độ ăn uống của con để bảo đảm sức khỏe.

Một số trường hợp chán học có thể vì con vừa đạt kết quả không như kỳ vọng của bản thân. Trong trường hợp này, giải pháp phù hợp nhất là bạn gần gũi, động viên để con hiểu rằng thất bại là chuyện bình thường, vấn đề là từ đó biết rút ra được bài học và bạn luôn tin vào khả năng của con. Con sẽ đạt kết quả cao trong kỳ thi hay bài kiểm tra sắp tới. Bạn cũng có thể kể cho con về những thất bại trong quá khứ của mình và cách vượt qua tình trạng đó.

Đối với các nguyên nhân khác thì các bố mẹ có thể áp dụng các cách khác. Nếu đó là những nguyên nhân thuộc về bên ngoài như con mâu thuẫn với thầy cô giáo, bị bạn bè xa lánh hoặc bạo hành, người yêu bỏ, nghiện Internet (game, Facebook…)… bạn có thể áp dụng những biện pháp như đã nói ở từng câu cụ thể tương ứng với tình huống.

Tạo động lực cho con

Một biện pháp hiệu quả khác đó là bạn hãy truyền cho con động lực học khi đó có thể con sẽ thấy yêu thích các môn học, tự tìm cách vượt qua các khó khăn để học tập tốt.

Nếu áp dụng các biện pháp mà không hiệu quả, hãy nhờ đến sự hỗ trợ của các nhà tâm lý học, nhà sư phạm để dự phòng tình huống các vấn đề về tâm lý, sức khỏe hệ thần kinh gây ảnh hưởng đến khả năng đọc viết, khả năng tập trung hay ghi nhớ của con.

55Tôi phải làm sao khi con thi trượt?

Hằng năm, sau mỗi kỳ thi đại học không ít học sinh rơi vào tình trạng khủng hoảng tinh thần, stress nặng, thậm chí có những bạn còn có ý định tìm đến cái chết. Đối với các con thi vượt cấp, cấp 2 lên cấp 3, nếu kết quả không như ý dù mức độ khủng hoảng thấp hơn các anh chị thì cũng ở trong tình trạng không tốt.

Nhìn chung, khi bị thi trượt tâm lý chung của các con là rất buồn rầu, chán nản, tự trách bản thân, hối tiếc, xấu hổ với gia đình, bạn bè và mọi người… Đối với các kỳ thi quan trọng như thi đại học thì thậm chí con còn có cảm giác tuyệt vọng, thấy tương lai mù mịt, sinh ra oán trách số phận, oán trách mọi người. Cách cư xử của bố mẹ lúc này rất quan trọng, quyết định việc con có sớm vượt qua thất bại hay không.

Không phải là lúc để trách cứ

Tình là học sinh giỏi của lớp, được thầy cô và bạn bè đánh giá cao. Thi lên cấp 3, con nộp đơn nguyện vọng 1 vào trường chuyên, nguyện vọng 2 vào một trường công có tiếng. Kết quả, con bị trượt cả hai trường. Khi biết kết quả, bố mẹ rất giận, quát mắng vì Tình đã không nghe lời can ngăn lúc trước. Tình như phát điên và phản ứng thái quá với cha mẹ.

Cách cư xử của bố mẹ Tình rõ ràng là sai lầm. Nó có thể đẩy cảm xúc tiêu cực của con lên cao, có thể dẫn đến những hành động bột phát, dại dột. Lúc này, bố mẹ cần phải là chỗ dựa cho con. Bạn cần cho con biết, kết quả đó không phải là tất cả. Con vẫn còn nhiều cơ hội khác. Thất bại là chuyện bình thường trên con đường đi đến thành công. Quan trọng là con biết rút ra bài học và đứng lên đi tiếp. Bạn hãy kể cho con nghe câu chuyện thất bại của những người nổi tiếng hoặc những người xung quanh con để con thấy thất bại không

phải là chuyện gì ghê gớm cả. Rủ con đi xem phim hay mua tặng con những cuốn sách về con đường thành công không dễ dàng của những nhân vật nổi tiếng cũng là một cách các gia đình nên tham khảo. Bố mẹ có thể nhờ một vài bạn thân hoặc người mà con yêu quý đến động viên. Tuyệt đối không được trách móc, đay nghiến con hoặc so sánh con với các bạn có kết quả thi tốt, thậm chí chỉ là nói chuyện về các bạn đó.

Hãy cứ để cho con khóc, kể lể cho vơi nỗi lòng. Khi được sống thật với chính mình, được giải phóng hết cảm xúc tiêu cực thì con mới có thể tiến tới những điều tích cực.

Chú ý đến việc sinh hoạt của con

Nhiều con khi thi trượt sẽ chán nản, không thiết ăn uống. Thay vào đó sẽ chơi game, chìm đắm trong mạng xã hội, thậm chí là đàn đúm với đám bạn xấu. Vì vậy, bạn cần theo sát, bảo đảm con có chế độ dinh dưỡng tốt, sinh hoạt điều độ, chơi với bạn tốt.

Nên cho con đi du lịch, vui chơi, tham gia các hoạt động xã hội. Bạn cần kéo con ra khỏi nhà, tham gia các hoạt động khác để không bị chìm đắm vào trong nỗi buồn. Con sẽ thấy thư giãn hơn, vơi đi những cảm xúc buồn chán trong lòng. Có trường hợp, sau khi con trượt đại học, gia đình đã đăng ký cho con đi du lịch tình nguyện trong vòng một tháng đến giúp đỡ xây dựng trường học cho các em vùng cao. Kết thúc chuyến đi con đã lấy lại cân bằng, quyết tâm ôn thi năm sau.

Bố mẹ cũng có thể cho con học hay làm việc gì đó để tạm thời “giết thời gian” như đi học cắm hoa, học đàn, học nhảy, học nấu nướng, trượt pa-tanh…

Giữ hòa khí trong gia đình

Mặc dù trên thực tế, việc con thi trượt có thể ảnh hưởng nhiều đến tâm trạng của bố mẹ, nhưng bố mẹ cần giữ tâm thái bình tĩnh, không trách móc lẫn nhau khiến cho không khí gia đình thêm căng thẳng để con bớt suy nghĩ. Bởi vì, có thể dù không bị trách mắng,

nhưng khi thấy bố mẹ “mặt nặng mày nhẹ” với nhau, “đá thúng đụng nia” thì cũng khiến con thấy ngột ngạt, khó chịu và cảm thấy mình là nguyên nhân dẫn đến tình trạng này.

Sau khi con đã vượt ra được giai đoạn khủng hoảng tồi tệ và đã bình tĩnh rồi thì bạn nên cùng con ngồi nhìn lại vấn đề, xem nguyên nhân thất bại là ở đâu, bài học rút ra là gì và tìm phương hướng trong thời gian tới.

56Cha mẹ nên làm gì đối với việc quyết định chọn trường và lớp của con (khi vào cấp 2, cấp 3)?

Trong trường hợp này, bạn cần chia việc này ra làm hai giai đoạn:

Giai đoạn 1: Giai đoạn con chọn trường

Đây là công việc vô cùng quan trọng vì nó sẽ quyết định chuyên ngành sau này con học và tương lai của con. Bạn cần cùng con chọn trường dựa trên các yếu tố như: đam mê/sở thích, lực học của con, tỷ lệ "chọi", thế mạnh và hạn chế của trường, học phí và khả năng đáp ứng của gia đình, nếu đỗ thì việc đi học có tiện cho gia đình hoặc con không, quy định tuyển sinh... Mỗi yếu tố này phải được cân nhắc kỹ. Việc xem xét phải khách quan và nên bắt đầu từ sớm để mọi người có thời gian cân nhắc kỹ càng… Bố mẹ cũng cần tôn trọng ý kiến của con, xem con thích trường nào, môn học nào, nhưng cần lưu ý con không nên chọn trường theo kiểu a dua với bạn bè.

Trách nhiệm của bố mẹ là cung cấp đầy đủ thông tin cần thiết và cùng con phân tích, bàn bạc kỹ lưỡng, không quên đề cập đến những khả năng rủi ro, tính đến phương án 2 trong trường hợp con không thi đỗ để đi đến một quyết định chọn trường phù hợp nhất. Trong trường hợp con vẫn giữ nguyên sự lựa chọn khi mà bạn đã phân tích hết rồi thì cũng nên tôn trọng con. Hãy để cho con được trải nghiệm, chịu trách nhiệm về quyết định của mình.

Ngoài ra, gia đình có thể tham vấn những người có kinh nghiệm, tìm hiểu thông tin trên các diễn đàn uy tín có liên quan đến tuyển sinh, học tập. Khi đã quyết định trường rồi, bạn nên tìm hiểu, nắm rõ quy

trình nộp hồ sơ, tuyển sinh của trường để tránh những thiếu sót đáng tiếc. Đồng thời, cần sát sao động viên con quyết tâm học tốt để thực hiện ước mơ của mình.

Giai đoạn 2: Trước khi thi

Trước khi thi, bạn nên tạo cho con tâm lý thật thoải mái. Động viên con ngủ đủ, ăn uống đủ chất để giữ sức khỏe, khi vào phòng thi thì phải nhớ tuân thủ nội quy của hội đồng thi. Bạn hãy giảng giải để con hiểu rằng, chỉ cần con cố gắng hết sức mình, còn kết quả thi ra sao không quan trọng. Bố mẹ luôn nhìn nhận dựa trên sự nỗ lực của con. Dù thế nào đi nữa thì bố mẹ luôn yêu con và ở bên con. Khi hiểu những điều đó con sẽ đỡ bị áp lực và trong trường hợp kết quả không được như ý thì con sẽ đỡ bị sốc.

57Phải làm sao khi con không theo nghề nghiệp tôi định hướng mà nhất nhất theo nghề mà con thích, trong khi tôi biết đó là nghề không phù hợp với cháu?

Bố mẹ Mỹ Linh đều là luật sư. Cả nhà không ai theo nghệ thuật nhưng Linh lại thích theo ngành thiết kế thời trang. Con định nộp hồ sơ thi Đại học Mỹ thuật Công nghiệp còn bố mẹ thì muốn con thi trường Đại học Luật. Không bên nào chịu bên nào nên không khí gia đình rất căng thẳng.

Theo tôi, để giải quyết vấn đề này, bố mẹ cần trả lời hai câu hỏi. Câu hỏi thứ nhất là nên theo ý kiến của ai? Câu hỏi thứ hai là nếu bố mẹ không chấp nhận ý kiến của con thì bố mẹ nên làm gì để thuyết phục con?

Nên theo ý kiến của con hay bố mẹ?

Ngay từ đầu, bố mẹ cần xác định rằng nghề nghiệp rất quan trọng cho tương lai của con. Việc tìm được nghề phù hợp hay không phụ thuộc vào ba yếu tố chính:

- Khả năng, sở thích của con;
- Nhu cầu của xã hội;
- Khả năng kiếm tiền từ việc đó.

Vì vậy, việc quyết định cho con học nghề nào phải phụ thuộc vào các yếu tố trên chứ không phải là theo ý kiến của của con hay của bố mẹ.

Thay vì chỉ đơn thuần dựa vào ý kiến của con cái hoặc của bố mẹ, cả gia đình nên ngồi lại và cùng cân nhắc về những sự lựa chọn nghề nghiệp tương lai cho các con dựa vào ba tiêu chí trên.

Về khả năng, sở thích của con và việc đáp ứng yêu cầu của thị trường, của nghề nghiệp. Trước hết, bố mẹ cần tìm ra đâu là điều mà con thực sự quan tâm và say mê. Trong trường hợp của Linh, có thể xác định được rõ ràng là con thích ngành thiết kế thời trang. Sau khi biết sở thích của con, cả gia đình cần ngồi lại và bàn bạc một cách khách quan về việc con có năng khiếu trong lĩnh vực đó không, hay con có học khá các môn thi bắt buộc của ngôi trường con muốn vào không? Ví dụ, năm 2017, Trường Đại học Mỹ thuật công nghiệp thi tuyển ba môn là Văn (hoặc Toán), Bố cục mầu và Hình hoạ. Dựa vào thông tin đó, gia đình của Linh có thể đánh giá xem con có học tốt các môn này không.

Không dừng lại ở đó, bố mẹ cần có tầm nhìn xa hơn, đó là phải nắm được các đặc điểm, yêu cầu của ngành nghề và đối chiếu xem con mình liệu có đáp ứng các tiêu chí và có khả năng tiến xa trong nghề hay không. Trong hoàn cảnh của Linh, bố mẹ con nên cân nhắc về tính sáng tạo, năng khiếu nghệ thuật, lòng đam mê nghiêm túc, khả năng chịu áp lực của con trước khi quyết định đồng ý hay không.

Về nhu cầu, xu thế phát triển của xã hội. Có biết được nhu cầu, xu thế phát triển của xã hội thì bố mẹ mới biết trong tương lai, ngành nghề con định theo có triển vọng hay không. Nếu không phù hợp thì có thể nên xem xét lại. Ví dụ, do cách mạng 4.0 nên những ngành về tự động hoá, liên quan đến trí tuệ nhân tạo, rô-bốt sẽ phát triển.

Do nhận thức của con còn chưa thực sự phát triển đầy đủ, phải dành nhiều thời gian cho việc học nên trách nhiệm tìm hiểu về nhu cầu xã hội trước tiên thuộc về cha mẹ. Để nắm bắt về nhu cầu xã hội, không có cách nào khác là bạn phải cập nhật thông tin thường xuyên qua nhiều nguồn khác nhau. Tuy nhiên, bạn cũng có thể phát huy vai trò, thế mạnh của các con là thế hệ trẻ, dễ nắm bắt được nhiều thông tin, xu thế hơn bố mẹ.

Việc biết được xu thế sau này không có nghĩa là nếu ngành nghề con định chọn mà không phù hợp thì bạn sẽ ngăn cản. Nó chỉ có ý nghĩa giúp gia đình chủ động hơn trong việc nắm bắt thuận lợi, khó khăn. Còn trong trường hợp con chọn ngành nào đó mà không thuộc xu thế thì con sẽ phải nỗ lực nhiều hơn hoặc có bước đi sao cho thực sự phù hợp.

Khả năng kiếm tiền từ nghề: Đây là yếu tố giúp người ta có thể sống được bằng nghề. Khả năng kiếm tiền có được khi con thuộc vào nhóm những người có năng lực hoặc con là người nhạy bén, có đầu óc kinh doanh, được sự hỗ trợ từ gia đình… Bạn cần đánh giá khách quan về khả năng kiếm tiền từ nghề của con.

Điều tuyệt vời nhất là khi bạn và con tìm được ngành nghề hội tụ cả ba yếu tố trên. Nhưng trong trường hợp không đáp ứng được thì sao? Trường hợp đó bạn phải cân nhắc để phân tích tình hình và đưa ra quyết định phù hợp. Ví dụ, con thích nghề không thuộc xu thế xã hội thì sau này sẽ khó có thể sống được bằng nghề, nhưng nếu con thuộc 1% những người xuất sắc nhất thì vẫn có thể thành công. Vì vậy, sẽ có hai lựa chọn: Một là con phải học thật giỏi để có nhiều cơ hội, hai là con phải chọn nghề khác. Còn nếu nghề con thích mà không kiếm được tiền thì có thể chọn nghề khác rồi dùng tiền đó để theo đuổi ước mơ, đam mê của mình, như có những người đam mê chụp ảnh nhưng họ không theo nghề nhiếp ảnh mà kinh doanh, làm luật sư… Khi cuộc sống đầy đủ, họ sẽ có điều kiện theo đuổi sở thích chụp ảnh để thỏa mãn đam mê của mình.

Nói gì nếu bạn không chấp nhận ý kiến của con?

Trong trường hợp này bạn cần áp dụng các kỹ năng như đã nêu trong các câu trước như nói chuyện, phân tích cho con; nhờ những người con yêu quý tác động… Còn nếu con nhất quyết không nghe theo thì bạn nên tôn trọng, khuyến khích con học thật tốt để vào được trường tốt trong lĩnh vực mong muốn để tăng cơ hội có việc làm sau này.

58Làm sao để con kế nghiệp gia đình?

Theo tạp chí điện tử thanhnien.vn ngày 22/9/2016 thì chỉ có “12% doanh nghiệp gia đình trên thế giới được chuyển giao tới thế hệ thứ ba”. Đó chính là điều trăn trở của nhiều doanh nhân hiện nay. Khi đã xây dựng được một sự nghiệp nhất định thì bố mẹ sẽ mong muốn con nối nghiệp mình. Trên thực tế, vẫn có nhiều gia đình giúp con kế nghiệp vững chắc bằng những cách thức phù hợp.

Truyền cho con tình yêu, sự tự hào

Đó là lòng yêu nghề và sự tự hào về truyền thống gia đình, về sự nghiệp của bố mẹ. Khi biết được những cái hay, lợi ích của nghề mà bố mẹ đã theo đuổi thì con sẽ biết trân trọng những thành quả của gia đình. Hãy gần gũi, kể cho con về những gì bố mẹ đã trải qua, sự vất vả và niềm vui khi đạt được kết quả như ngày hôm nay.

Bạn nên cho con cùng trải nghiệm như cho con đến nơi bạn làm việc, cho con tham gia vào những việc đơn giản (nếu có thể). Hoặc cho gặp những người bạn, đối tác thân thiết để con được truyền nhiệt huyết, sự say mê đối với công việc đó. Khi con lớn hơn, bạn có thể chia sẻ cho con tầm nhìn, định hướng, các kế hoạch kinh doanh với mức độ phù hợp.

Có những trường hợp, mới đầu con chưa thích lắm nhưng khi đi sâu vào những nghề mà bố mẹ đang làm thì con lại khám phá ra được những điểm lý thú.

Tiếp theo, bạn chỉ cho con thấy những lợi ích nếu theo nghề của bố mẹ như có thể kế thừa được nền tảng vững chắc mà bố mẹ đã dày công gây dựng. Nếu bạn truyền được lòng yêu nghề và tự hào kế tục sự nghiệp thì khả năng con theo nghề là khá cao.

Bồi dưỡng, phát huy năng lực cho con

Bố mẹ cần có lộ trình đào tạo cho con một cách bài bản, chất lượng. Ngoài việc học tốt văn hóa, con cần phải được học những kiến thức, kỹ năng cần thiết liên quan để sau này có thể theo được nghề. Khi con đủ lớn bạn có thể cho con thực tập dần ở công ty với những công việc phù hợp. Khi sớm trang bị cho con những điều đó thì cũng đồng nghĩa với việc sớm truyền cho con tình yêu nghề. Con sẽ có nhiều thời gian, cơ hội để rèn luyện, trở thành người xuất sắc trong lĩnh vực, xứng đáng là người kế nghiệp.

Rèn luyện đạo đức, ý chí cho con

Bạn chú trọng giáo dục con thành người có đạo đức, biết coi trọng văn hóa của doanh nghiệp (nếu bạn muốn con theo nghiệp doanh nhân), hiểu biết, biết đón nhận xu hướng của thời đại, có cách cư xử phù hợp với mọi người và biết cách vượt qua khó khăn trong sự nghiệp cũng như cuộc sống.

Có hiện tượng tưởng chừng như phi lý nhưng đã xuất hiện là một số con giỏi giang, được bố mẹ cho học tập trong điều kiện rất tốt như du học ở Mỹ, Anh… nhưng lại muốn làm ở những tập đoàn nước ngoài lớn mà không muốn trở về nước kế nghiệp. Nguyên nhân có lẽ nằm ở chỗ tại những tập đoàn đó, con được trả lương rất cao mà không phải chịu áp lực nhiều như khi về kế nghiệp, làm người dẫn dắt công ty gia đình. Vì thế, bố mẹ cần chú trọng dạy con về ý chí vượt qua khó khăn, lòng tự hào đối với gia đình… trở thành người tiếp tục đưa công ty đi lên.

Hiểu và tôn trọng con

Có trường hợp con không muốn đi tiếp con đường của bố mẹ là có lý do riêng. Có thể là do con có sở thích khác, do con bị áp lực hay sự khác biệt giữa hai thế hệ (sự khác nhau về tầm nhìn, chiến lược kinh doanh của con và bố mẹ),… Vì thế, gia đình cần hiểu con và có cách cư xử phù hợp, không nên ép buộc, ví dụ như nếu con không muốn về tham gia lãnh đạo công ty gia đình vì sự khác biệt trong cách quản lý giữa hai thế hệ thì cha mẹ cần tin tưởng trao quyền cho con, nhất là trong việc ứng dụng công nghệ thông tin, các sản phẩm của công nghệ để nâng cao hiệu quả lao động.

59Làm thế nào để sau này con có cuộc sống hạnh phúc?

Người hạnh phúc trước tiên là người biết hài lòng, trân trọng những gì mình có. Họ có cuộc sống ý nghĩa, biết làm chủ cuộc đời, có nghị lực để vượt lên nghịch cảnh. Họ biết cân bằng giữa cuộc sống bản thân – gia đình – công việc và các mối quan hệ xã hội. Để con sau này có cuộc sống hạnh phúc thì vai trò của bố mẹ trong giai đoạn này là vô cùng quan trọng.

Giúp con hiểu thế nào là hạnh phúc tự thân?

Tôi luôn nói với Minh Đức thế nào là hạnh phúc, thế nào là hạnh phúc tự thân từ khá sớm. Con hiểu rằng quan trọng là tự con có thể đem lại cho mình hạnh phúc trong mọi hoàn cảnh. Hạnh phúc là khi con có tri thức, biết yêu quý bản thân mình và mọi người – điều sẽ bền vững hơn so với hạnh phúc do bên ngoài đem lại như sự thăng tiến trong công việc hay được tăng lương. Con cũng cần học cách biết tận hưởng cuộc sống, luôn độc lập trong suy nghĩ, có thái độ lạc quan, nghị lực,… để tự đem đến hạnh phúc cho bản thân.

Minh Đức tuy còn nhỏ, nhưng con vẫn có thể hiểu những điều tôi muốn nói. Có lần, khi con đã rất cố gắng mà điểm thuyết trình môn Địa lý về Hàn Quốc không cao như mong muốn, con khá buồn. Lúc đó, tôi chỉ bảo: “Quan trọng là con đã nỗ lực, con nên vui với điều đó; còn điểm chưa cao, con có thể trao đổi trực tiếp với cô để biết được lý do là tại sao; không nên quá căng thẳng vì điểm số..”. Con đồng ý với tôi và nhanh chóng vui vẻ trở lại.

Cổ vũ để con không bao giờ đầu hàng số phận

Trong mọi hoàn cảnh, con đều phải ý thức vươn lên, cố gắng duy trì hạnh phúc tự thân. Nếu không, trước những khó khăn, thất bại con sẽ ủ ê, không chăm sóc bản thân mình, suy nghĩ tiêu cực, hờn trách

mọi người thì sẽ khó trở lại cân bằng. Để dạy con được điều đó, bạn nên bắt đầu từ những việc nhỏ. Ví dụ, thầy cô giao bài tập thì dù khó cũng phải cố làm cho bằng được, và chỉ dừng lại khi đã nghĩ đủ cách, hỏi thêm ý kiến bạn bè mà không ra. Hoặc là ở nhà, khi đồ đạc trong nhà hỏng hóc, bố mẹ cũng nên cố gắng tự tìm hiểu nguyên nhân và cách xử lý để làm gương cho con, chỉ khi không thể thì mới thuê thợ. Đó chính là một cách gián tiếp dạy con về nghị lực sống.

Với Minh Đức, tôi hay nói các câu như: "Con cố lên, xem còn cách nào khác không?". Câu nói đó khá hiệu quả với con. Nhiều khi tưởng chừng đã "bó tay" nhưng con lại cố gắng và tìm ra được giải pháp.

Giúp con sống lạc quan, vui vẻ

Khi lạc quan, vui vẻ con sẽ đơn giản hóa được nhiều vấn đề phức tạp và sẽ dễ dàng hơn khi phải vượt qua các trở ngại để có được nhiều niềm vui trong cuộc sống. Muốn vậy, trước tiên bạn phải làm gương cho con. Ngoài ra, những khi con gặp chuyện không hay, bạn có thể an ủi, động viên, hoặc chọc cười để phá vỡ bầu không khí nặng nề, đem lại niềm vui cho con và cả gia đình.

Dạy con biết yêu thương mọi người, cân bằng các "trụ cột" của cuộc đời.

Ngoài việc biết làm chủ bản thân, có lối sống tích cực thì người hạnh phúc là phải biết xây dựng, trân trọng hạnh phúc gia đình. Ngay từ bây giờ, bạn cần xây dựng gia đình mình hạnh phúc, dạy con tình yêu thương đối với các thành viên trong nhà. Nó sẽ giúp con "ngấm" dần giá trị này từ khi còn nhỏ.

Con của các bạn ở độ tuổi teen cũng có nghĩa là chẳng mấy chốc con sẽ vào đời, sẽ lập gia đình riêng, vì thế có lẽ là không sớm nếu như trong cuộc sống hàng ngày, bạn dần dạy con biết cách giữ gìn tình yêu, hạnh phúc gia đình. Những gì bạn nói cho con sẽ là kiến thức hữu ích để sau này con "giữ lửa" được cho tổ ấm của mình.

Trong cuộc sống mỗi người, các “trụ cột” chính của các mối quan hệ là: bản thân - gia đình – sự nghiệp – bạn bè. Có những người bất hạnh vì họ không biết cách dung hoà các mối quan hệ đó, ví dụ như mải mê sự nghiệp quá mà thành ra không có bạn, không quan tâm gia đình thì về sau họ có thể thành đạt nhưng cô đơn. Vì thế, từ khi con còn nhỏ, cha mẹ cần chú trọng dạy con cách cân bằng giữa việc học và dành tình cảm, thời gian cho bố mẹ, các anh chị em cũng như bạn bè và dành thời gian cho việc chăm sóc bản thân.

Làm sao để nuôi dạy con tốt?

60Làm sao để kiềm chế cơn nóng giận với con?

Nóng giận là nguồn gốc của nhiều hiểu lầm, thậm chí nó còn đẩy mạnh xung đột giữa cha mẹ và con cái. Nguyên nhân của vấn đề chủ yếu là do bạn chưa hiểu con, chưa kiểm soát được cảm xúc và chưa làm chủ được bản thân mình, dễ bị tác động bởi nhiều yếu tố.

Thay đổi lối suy nghĩ

Thông thường, nhiều cơn bực tức bắt nguồn từ suy nghĩ của bố mẹ. Nếu bạn tôn trọng cá tính, tố chất riêng của con, xác định rằng việc thay đổi được con cần phải có thời gian, cách thức phù hợp thì sẽ giảm được nhiều cơn nóng giận. Ví dụ, bạn sẽ không giận nếu con không được điểm cao khi hiểu rằng khả năng con chỉ có hạn và nếu muốn con học tốt thì cần thay đổi phương pháp dạy và học cho phù hợp con hơn.

Bạn nên hiểu rằng, phần lớn tính cách của con là do bẩm sinh hoặc môi trường sống. Như vậy, vai trò của bố mẹ rất quan trọng, có tác động lớn, là nguyên nhân chính hình thành nên tính cách của con như hiện nay. Chị bạn thân tôi nói rằng: “Mình là người chủ động đưa con đến thế giới này; con là người bị động; trước khi sinh con, mình không ra điều kiện và con không cam kết là con có ngoan thì mẹ mới sinh con; vì vậy, mình sẽ là người chịu trách nhiệm, phải biết chấp nhận những đặc điểm riêng của con và bình tĩnh tìm ra giải pháp phù hợp để con ngày một hoàn thiện hơn”. Những câu nói đó cũng giúp tôi đỡ đòi hỏi, kỳ vọng vào con.

Thực tế là đối với con ở tuổi teen, nhất là khi con bước vào cấp 3 thì bạn không còn nhiều thời gian để dạy bảo con vì đến khi con vào đại học, tác động của bố mẹ sẽ giảm rất nhiều. Ngoài ra, hãy nghĩ rằng việc bạn phải cố gắng kiềm chế cơn nóng giận sẽ dễ vượt qua hơn nhiều so với cảm giác buồn bã thậm chí là cả ân hận vì không

dạy con "đến nơi đến chốn" khi sau này phải chứng kiến con thiệt thòi, không hạnh phúc do hạn chế trong tính cách, lối sống. Bạn không chịu được con thì ai có thể chịu được con bây giờ và về sau?

Thay đổi lối sống

Cuộc sống bận rộn, áp lực sẽ khiến người ta dễ cáu giận. Vì vậy, bạn cần có những hoạt động giải trí, thể dục thể thao để giảm stress, tăng khả năng chịu đựng của cơ thể trước những điều không như ý muốn. Ví dụ, tham gia các lớp về thiền, yoga, chạy bộ… Bố mẹ cũng nên có lối sống đơn giản, bao dung hơn, bớt cầu toàn thì sẽ giảm áp lực cho bản thân, hạn chế được các cơn "bốc hỏa".

Bạn càng cân bằng được cuộc sống thì con càng "được lợi". Đừng để những bộn bề của công việc, các mối quan hệ cuốn bạn đi để rồi, con cái lại là "cái bị" để bố mẹ trút các cơn nóng giận.

Nhận biết và kiểm soát bản thân

Bố mẹ cần học về kỹ năng kiểm soát cảm xúc, hiểu về việc gì khiến mình có thể cáu giận. Nên biết một số kỹ thuật để kiềm chế cơn giận, như hít thở sâu khi cơn giận bắt đầu bùng phát, hay là bỏ đi ra ngoài. Ngoài ra, khi con mắc lỗi lầm, bạn cần nói chuyện với con và bạn lường trước có thể mình sẽ mất kiểm soát thì hãy chọn một địa điểm phù hợp, như một nhà hàng yên tĩnh để vừa ăn, vừa nói chuyện với con. Khi đó, trong không gian thoải mái và mới mẻ tự nhiên bạn sẽ nói năng với con một cách kiềm chế hơn.

Chiều hôm đó, tôi nhận được tin nhắn báo con đá bóng làm vỡ kính của một bạn ở lớp. Trong lòng vô cùng tức giận vì đã nhắc nhở nhiều mà con liên tiếp mấy ngày mắc lỗi. Tự biết rằng, nếu về nhà ngay thế nào ông con cũng sẽ bị mẹ "cho một trận" vì thế, lấy lý do là tối nay sẽ ăn ngoài, tôi chở con đến Vincom. Lúc đến nơi thì vẫn sớm, chỉ khoảng 5 giờ nên hai mẹ con đi dạo trung tâm thương mại. Trong lúc đi, tự nhiên tinh thần cũng bị phân tán, đỡ stress. Con biết lỗi nên lũn cũn, lặng lẽ đi theo, thỉnh thoảng len lén nhìn rồi xoa dịu bằng cách hỏi thăm "hôm nay mẹ làm có bận không?". Thế nên, đến giờ ăn, mẹ cũng bình tĩnh hơn nhiều. Cộng vào đó xung quanh lại

có người nên không thể cáu gắt con được. Kết quả là thay vì cáu giận, định “cho một trận” thì tôi đã nhẹ nhàng phân tích cho con và con cũng trong tâm trạng tốt nên vui vẻ nhận lỗi và chủ động đề ra kế hoạch sửa sai của mình.

Bố mẹ nên nói về việc khi nào, trong trường hợp nào mình sẽ tức giận để con hiểu và biết cách ứng phó. Đó là một cách dạy con “đối phó” với bố mẹ một cách tích cực, giảm oan ức cho con, đỡ căng thẳng gia đình.

Đặt vào vị trí của con và thấy được các tác hại của việc quát mắng

Khi đặt mình vào vị trí của con bạn sẽ thông cảm hơn với các sai lầm của con hơn và giảm bớt những tranh luận, quát tháo không đáng có.

Các chuyên gia tâm lý thuộc Đại học Pittsbur trong bài đăng trên tạp chí chuyên ngành Child Development đã khẳng định liên tục mắng nhiếc có thể hủy hoại nghiêm trọng tâm hồn trẻ đang tuổi dậy thì. Kết quả hai năm quan sát gần 1.000 trẻ thuộc nhóm tuổi 13-14 cho thấy, phải nghe những lời la hét, nhục mạ của cha mẹ đã đẩy chúng rơi vào tâm trạng trầm cảm và hung hãn ở mức độ y hệt đòn trừng phạt thể xác (Nguồn Báo điện tử của Đài tiếng nói Việt Nam ngày 14/10/2014).

61Tôi luôn lo lắng và muốn che chở cho con. Làm sao để tôi có thể “buông” cháu được?

Khi đọc cuốn sách Vô cùng tàn nhẫn, vô cùng yêu thương, rất nhiều bà mẹ Việt Nam muốn dạy con theo kiểu của bà Sara, nhưng họ không làm được, vẫn chăm sóc con theo kiểu “bà mẹ trực thăng”, luôn ở bên để bao bọc con. Điều này khiến con khó trưởng thành, dễ trở nên ích kỷ, rời xa bố mẹ là không biết phải làm gì. Ngoài ra, còn có thể dẫn đến việc gia đình căng thẳng vì con thì muốn thể hiện chính kiến, làm theo ý của mình, nhưng bố mẹ thì lại không đồng ý. Nguyên nhân là do bố mẹ không dám “buông” vì lo lắng, thương con và không chiến thắng được thói quen, tâm lý muốn được chở che, sở hữu con.

Thay đổi về nhận thức, tư tưởng

Đây là điều quan trọng nhất nếu các bậc phụ huynh muốn thay đổi cách dạy con. Bạn cần thấy những hạn chế, thậm chí là nguy cơ gây ra sự xa cách, khủng hoảng gia đình nếu như quá bao bọc con, nhất là khi con đang ở độ tuổi teen – giai đoạn muốn khẳng định bản thân. “Buông” không có nghĩa là bạn mặc kệ, không biết con làm gì mà đó chỉ là thay đổi cách quan tâm, chăm sóc cho phù hợp tâm sinh lý của con theo hướng tin tưởng, cho con quyền suy nghĩ, quyền quyết định, quyền hành động một cách phù hợp. Nhờ đó, con có thể phát huy cái tôi tốt đẹp của mình, sớm trưởng thành và độc lập. Nói một cách hình ảnh là bố mẹ sẽ đi bên đồng hành cùng con trên con đường con đi chứ không phải là xềnh xệch kéo con đi theo cách mà bố mẹ muốn.

Khi biết cách “buông” con có thể còn gắn bó, yêu quý, tôn trọng bạn hơn và cảm thấy vui vì mình đã được bố mẹ tôn trọng, thấu hiểu.

Tin tưởng vào con, khiến cho mình bận rộn

Nhiều bố mẹ không dám "buông" vì sợ con chưa trưởng thành, nên sẽ mắc sai lầm và nhiều nỗi lo lắng khác. Tuy nhiên, bạn cần biết rằng, bố mẹ không thể bao bọc con suốt đời. Bạn càng cho con độc lập sớm thì khả năng hòa nhập tốt, thành công sau này càng cao. Bố mẹ nên vượt qua sự lo lắng của mình và tin tưởng vào khả năng của con.

Cần khiến cho mình bận rộn, dành thời gian quan tâm đến bản thân, các thành viên khác trong gia đình và bạn bè. Lúc đó bạn sẽ bị phân tâm nên đỡ bị cảm giác sốt ruột, bồn chồn về con. Ngoài ra, khi quan tâm, chăm sóc đến bản thân mình, bạn sẽ có tâm trạng thoải mái hơn, đỡ căng thẳng, lo lắng.

Bồi dưỡng kỹ năng sống cho con, buông con từ từ

Đây là cách bạn cung cấp cho con các công cụ hữu hiệu để con có thể tự lập một cách an toàn và hiệu quả. Minh Đức được học nhiều về kỹ năng đối phó với người xấu, kỹ năng giao tiếp, kỹ năng phán đoán và giải quyết vấn đề, cách nhờ người khác trợ giúp khi bị lạc đường và các kỹ năng an toàn khác…

Con nên được từng bước thực hành tự lập, bắt đầu từ những việc nhỏ, đơn giản như tự đi mua sắm ở siêu thị. Sau đó, bạn cho con tập tự ra quyết định. Những ngày đầu nếu chưa đủ tin tưởng, vẫn còn lo lắng nhiều thì có thể dõi theo con (đối với các việc làm) hoặc cho con ra quyết định sau khi đã bàn bạc, trao đổi với bố mẹ. Mục đích cuối cùng ở quá trình "buông" này là bạn phải tạo cho con tinh thần trách nhiệm cao, biết tự lo cho mình, không dựa dẫm, sống độc lập và trưởng thành…

Bố mẹ cũng nên biết chấp nhận với việc ngày đầu con có thể không đạt được kết quả như mong muốn, ví dụ như nấu cơm hỏng. Nhưng cần hiểu rằng đây là việc bình thường, vấp ngã, sai lầm là điều không thể thiếu được trên con đường thành công.

Giám sát con ở mức độ phù hợp

Bạn cần để ý đến hành động, thái độ của con để kịp thời nắm bắt tình hình, xem có cần hỗ trợ gì không, chú ý bảo đảm an toàn cho con. Khi Minh Đức tự tìm hiểu về các chuyến xe bus để tự đến nhà bạn, tôi đồng ý nhưng yêu cầu con cho bố mẹ biết tuyến xe con định đi, địa chỉ và số điện thoại nhà bạn để liên hệ khi cần thiết. Vì thế, chúng tôi vẫn yên tâm khi con đi đâu đó một mình.

Khi thực hiện cách này, một số con sẽ hào hứng, thích thú vì được làm mọi việc theo ý của mình. Tuy nhiên, do đã quen được bố mẹ bao bọc, thiếu một số kỹ năng sống nên sẽ bỡ ngỡ và chưa thích ứng tốt. Một số con khác thì lại có tâm lý thích được chăm lo, không muốn tự mình phải làm, phải chịu trách nhiệm về việc gì đó. Trong cả hai trường hợp, bố mẹ đều cần ở bên để động viên và tìm ra các giải pháp phù hợp.

62Làm sao để nuôi dạy con tốt khi vợ chồng tôi quá bận?

Gần đây, bù đầu với công việc cơ quan và những kế hoạch riêng mà thời gian tôi dành cho Minh Đức bị ít đi. Một lần, trong lòng đầy áy náy, tôi hỏi con: "Mẹ hỏi thật nhé, dạo này con có thấy bị mẹ thiếu quan tâm đến con không?". Thật bất ngờ, con đáp: "Không. Mẹ vẫn quan tâm con mà". Chợt nhớ lại, các buổi tối, sau khi ăn cơm xong, tôi vẫn hỏi con về bài vở, quan hệ với các bạn, giúp con ôn thi khi cần thiết. Chỉ khi nào con bảo "Con ổn" thì mẹ mới ôm máy tính để làm việc. Có lẽ vì thế mà con cảm nhận được mẹ vẫn quan tâm mình nhiều…

Khi bạn quá bận thì thời gian dành cho con sẽ ít hơn. Tuy nhiên, bố mẹ vẫn có thể quan tâm đến con nếu áp dụng các biện pháp dưới đây.

Quan tâm đến con một cách linh hoạt

Quan tâm con không kể thời gian. Không phải cứ đợi đến khi đi làm về bạn mới có thể nói chuyện với con, mà tại nơi làm việc, khi nào bạn có thời gian và con có thể nói chuyện được, thì hãy gọi điện hỏi thăm, nhắc nhở con. Hoặc trong các chuyến công tác, bạn có thể gửi cho con những món quà bất ngờ qua đường bưu điện. Khi đó, con sẽ cảm động và nhận ra rằng, bố mẹ luôn ở bên, luôn quan tâm mình.

Để những người bạn có thể tin tưởng dành nhiều thời gian bên con hơn. Đó có thể là ông bà, các cô dì chú bác…, bố/mẹ. Họ sẽ giúp đỡ, khiến bạn yên tâm hơn trong quá trình nuôi dạy con. Bạn cũng cần lưu ý là thường xuyên kết nối với họ để nắm bắt được tình hình của con. Từ đó, có cách điều chỉnh con cho phù hợp.

Áp dụng cách nuôi dạy con phù hợp

Bạn cần hướng con đến mục tiêu sớm trưởng thành, độc lập, biết quan tâm, thông cảm với mọi người. Khi đó, con sẽ không tủi thân, trách móc bố mẹ không dành thời gian nhiều cho mình.

Phân tích để con hiểu và thông cảm

Bạn cần nói cho con hiểu bạn bận thế nào, việc bạn vất vả là cũng vì muốn tạo lập một tương lai tốt đẹp cho con và gia đình. Khi hiểu như vậy, con sẽ biết thông cảm và có ý thức hơn trong sinh hoạt cũng như học tập. Nếu không thì các con dễ buồn, trách bố mẹ.

63Làm sao lấy lại lòng tin ở con?

Những ngày này, chị Xuân rối bời vì con trai đang rất tức giận khi phát hiện ra chị đọc trộm nhật ký của con. Chị không biết làm gì để lấy lại lòng tin của con.

Bình tĩnh xem xét lại sự việc

Thông thường việc con cái không còn tin bố mẹ là do nghĩ rằng bố mẹ đã lừa dối, không giữ lời hứa hoặc làm một điều gì đó nghiêm trọng khiến ảnh hưởng đến hình ảnh bạn trong mắt con từ trước đến nay. Trong trường hợp này, con sẽ buồn chán, thất vọng, thậm chí là cảm thấy cô đơn (nhất là khi phát hiện ra bố mẹ ngoại tình).

Bạn cần nhận thức rõ về tính chất, mức độ lỗi lầm của mình và tổn thương đã gây ra cho con để con hiểu và có cách giải quyết phù hợp. Nếu bạn quá rối trí, hãy nhờ người khác phân tích để hiểu. Trong trường hợp của chị Xuân thì con sẽ vừa xấu hổ, vừa tức giận do việc làm của chị có thể làm lộ một số bí mật mà con không muốn chia sẻ. Khi bạn hiểu về điều đó rồi, hiểu về tâm lý của con thì sẽ đỡ bực tức khi con có thái độ chống đối, bất hợp tác và bạn cũng có thể tìm ra giải pháp khắc phục. Lưu ý rằng bố mẹ không được quát mắng, ép buộc con vì để xảy ra tình trạng này thì lỗi trước tiên là thuộc về bố mẹ (mặc dù có thể là lỗi cố ý hoặc vô ý), chứ không phải tự nhiên mà con không tin tưởng bố mẹ.

Ngoài ra, con cũng cần có không gian riêng để suy nghĩ về sự việc. Bạn đừng quá nôn nóng giải quyết nhanh chóng mọi việc.

Nói chuyện chân thành

Cha mẹ cần nói chuyện thẳng thắn, làm rõ mọi chuyện, giải thích và xin lỗi con nếu mình mắc lỗi. Trong nhiều trường hợp, con tức giận, thất vọng với bố mẹ vì con mới nhìn thấy bề nổi của sự việc mà

không thấy được lý do sâu xa hoặc nguyên nhân thực chất thì việc nói chuyện sẽ giúp con hiểu ra vấn đề, tháo gỡ các bức xúc trong lòng.

Có thể những ngày đầu, con không muốn nhìn bạn, không muốn nói chuyện nên việc kết nối là khó khăn. Khi đó, hãy đợi một thời gian để con bình tĩnh hơn, hoặc bạn cũng có thể nhờ một ai đó con yêu mến, tin tưởng làm cầu nối để mẹ con (bố con) có thể ngồi nói chuyện với nhau.

Kiên trì

Mất niềm tin là sự mất mát rất lớn. Bạn sẽ cần rất nhiều thời gian, công sức để lấy lại sự tin tưởng của con. Trong thời gian đó, bạn có thể gặp sự chống đối của con một cách rõ rệt, có thể bằng hành động (cãi, không nghe lời) hoặc không hành động (im lặng). Nhưng bằng sự chân thành, tình yêu thương vô hạn, sự kiên trì thì dần dần sẽ cải thiện được tình hình. Bạn có thể nhờ thêm ai đó mà con yêu quý, có uy tín với con để tác động thêm. Lưu ý rằng, bạn cần rút kinh nghiệm để những vụ việc tương tự không xảy ra dù là vô tình hay hữu ý.

64Tôi bị áp lực rất lớn trong việc nuôi dạy con do không cùng quan điểm với ông bà và bố cháu. Tôi phải làm gì?

Ngày nay, những gia đình ở chung với ông bà hay xảy ra mâu thuẫn về cách nuôi dạy con trẻ do khác biệt quan điểm giữa hai thế hệ. Nhưng đối với những gia đình ở riêng thì vẫn xảy ra tình trạng không thống nhất được về nuôi dạy con giữa vợ và chồng.

Đối diện với khó khăn, rắc rối

Để nuôi dạy con tốt rất cần sự thống nhất quan điểm của cả gia đình. Nếu không, con sẽ lợi dụng sự bất nhất của người lớn để cãi lời, lách luật.

Về phía bạn, nếu không khéo thì dễ dẫn đến hai tình huống: Tình huống thứ nhất, bạn kiên quyết dạy con theo ý mình. Kết quả là bạn sẽ trở thành “ngôi sao cô đơn”, một mình một kiểu trong nhà, thậm chí dẫn đến cãi vã, mâu thuẫn vì cách dạy con. Bạn sẽ rất căng thẳng và khó dạy con cho hiệu quả. Thái cực thứ hai, bạn đành chiều theo ý mọi người mặc dù biết rằng cách dạy đó là không đúng đắn. Kết quả là con phát triển không tốt. Khi đó, bạn vừa ấm ức, vừa day dứt vì không làm được điều tốt nhất cho con.

Nghệ thuật tháo “nút thắt”

Bạn có thể nói chuyện, giải thích cho mọi người trong nhà về cách giáo dục phù hợp hiện nay. Chị Chi và mẹ chồng mâu thuẫn với nhau về việc cho con đi học bóng rổ. Chị khích lệ con đi tập còn bà nội con thì không đồng ý vì cho rằng con phải dành thời gian để học. Chị đã giải thích cho mẹ chồng hiểu về việc nếu con học nhiều quá mà không tập thể dục, thể thao thì sẽ không tốt, dễ bị stress. Mà ở

trường, con cũng học môn này nên đây cũng là một cách giúp con rèn luyện, hoàn thành tốt môn thể dục. Nghe chị nói thế, bà Minh – mẹ chồng chị không còn phản đối nữa.

Khi có mâu thuẫn, bạn cần có tinh thần cầu thị, nhìn nhận khách quan về quan điểm giáo dục của mình và mọi người xem điểm nào hợp lý, điểm nào chưa. Nên dung hòa ý kiến của các thành viên để thống nhất một cách giáo dục phù hợp nhất cho con và để mọi người trong nhà đều thấy thoải mái. Đối với những vấn đề không quá nghiêm trọng, bạn cũng nên chấp nhận ý kiến của mọi người.

Nếu đó là mâu thuẫn giữa bạn và chồng thì cần trao đổi một cách kiên quyết, kiên trì và khéo léo, để thống nhất về nguyên tắc dạy dỗ con. Trong đó, tối kỵ là việc tranh luận, xúc phạm nhau trước mặt con.

Nếu mọi người quá bảo thủ, bạn khó giữ bình tĩnh hoặc áp dụng cách này không hiệu quả thì hãy tìm cách khác. Có thể đưa cho mọi người các sách, báo, tạp chí... có bài phân tích cho thấy cách làm của bạn là đúng còn cách làm của mọi người thì chưa phù hợp. Bạn cũng có thể lôi kéo mọi người tham dự các buổi hội thảo, khóa học về nuôi dạy con. Hoặc là nhờ một người thứ ba có uy tín nói chuyện giúp bạn thuyết phục.

Tự thực hiện một cách khéo léo

Thỏa hiệp để bạn áp dụng. Cụ thể là bạn có thể đề nghị mọi người hãy tạo điều kiện để bạn áp dụng cách dạy dỗ con theo ý mình một thời gian. Rồi sau đó, căn cứ vào kết quả bạn sẽ có sự điều chỉnh phù hợp. Như vậy là bạn có thể dùng kết quả để minh chứng cho sự đúng đắn của mình. Tuy nhiên, cũng nên khiêm tốn, đừng để mọi người cảm thấy bị “mất mặt” mà dẫn đến tình trạng họ biết là sai nhưng vẫn bảo thủ, kiên quyết bảo vệ ý kiến của mình.

Tăng thời gian ở bên con, phát huy vai trò của con. Khi dành nhiều thời gian cho con chính là bạn đã tăng ảnh hưởng của mình, giảm tác động của mọi người đến con. Theo đó, bạn cần sắp xếp lại công

việc để dành nhiều thời gian để ý đến con hơn, nhất là trong những thời điểm quan trọng.

Ở độ tuổi vị thành niên, nhất là các con ở độ tuổi cấp 3 thì tiếng nói của con trong gia đình cũng dần được coi trọng hơn. Tranh thủ điểm này, bạn cũng có thể giúp con nhận thấy đâu là điểm hợp lý trong cách giáo dục của mọi người để con nói lên quan điểm của mình. Như vậy, bạn sẽ tránh được việc phải đối đầu với các thành viên trong gia đình mà lại giúp con trưởng thành, độc lập hơn.

Biết chú trọng giữ hòa khí

Giữ hòa khí trong gia đình. Xét về tâm lý thì mọi người làm như vậy cũng vì yêu quý, mong điều tốt đẹp cho con bạn. Chỉ có điều, cách nghĩ và cách làm chưa phù hợp. Vì vậy, bạn cần có cách thức tế nhị và hiệu quả để giúp mọi người hiểu ra vấn đề. Không gì bằng con được lớn lên trong một gia đình hạnh phúc. Do đó, bạn cần chú ý giữ hòa khí trong gia đình, làm sao dung hòa được ý kiến của mỗi người.

Giải pháp sau cùng. Một số gia đình khi không phối hợp được trong việc nuôi dạy con, người vợ hoặc người chồng đã thống nhất phân chia nhiệm vụ và yêu cầu người kia không can thiệp.

Có những gia đình lại mâu thuẫn lớn với ông bà về việc nuôi dạy con. Vì đã áp dụng hết các cách rồi mà không thể có tiếng nói chung thì hãy chọn giải pháp ra ở riêng.

Khi chọn giải pháp ra ở riêng, bạn chú ý sao cho ông bà không bị sốc bằng cách duy trì sự quan tâm, chăm sóc. Còn khi áp dụng cách yêu cầu chồng (vợ) không can thiệp vào việc dạy dỗ con cái thì về lâu dài, cần làm sao để họ thay đổi quan điểm và phối hợp tốt với bạn.

65Tôi nên làm gì để giúp con vượt qua cú sốc cha mẹ ly hôn?

Năm 2014, vợ chồng tôi chia tay. Sau này, khi chúng tôi đã quay lại với nhau và chung sống hạnh phúc, tôi hỏi con: “Dạo đó, con có bị sốc lắm không?”. Con trả lời: “Chỉ mất thời gian ngắn thôi mẹ”.

Khi bố mẹ ly hôn sẽ khiến cho các con tuổi teen vô cùng buồn chán, cảm giác bị mất mát, thậm chí thiếu tin tưởng vào tình yêu, hôn nhân và gia đình. Điều này có thể dẫn đến học hành sa sút, tính tình ương bướng, khó bảo hoặc là khép kín, dễ bị bạn bè xấu xúi giục, vướng vào tệ nạn xã hội. Ngược lại, vẫn có con duy trì được hoặc nhanh chóng ổn định lại việc học hành, sau này vẫn có tương lai tốt. Điều đó phụ thuộc rất nhiều vào cách cư xử của cha mẹ.

Bạn phải sớm tự cân bằng và là chỗ dựa cho con

Thời điểm này con dễ chơi vơi, mất phương hướng. Nếu vì lý do cha mẹ chia tay mà con phải chuyển đến trường mới ở nơi ở mới thì con lại càng bị sốc. Vì thế, con rất cần một chỗ dựa, giúp ổn định tinh thần. Không ai có thể làm việc đó tốt hơn là cha (mẹ). Chúng tôi chia tay đúng vào năm Minh Đức lên cấp 2, bạn mới, trường mới, con không có bất cứ bạn cũ nào ở đó. Lúc đầu con khá buồn và cô đơn. Biết vậy, nên tôi đã phải rất cố gắng để cân bằng, bảo đảm cuộc sống, không khiến con phải lo lắng nhiều và động viên để con sớm thích nghi với môi trường mới.

Dù ly hôn vì lý do gì thì tâm lý người trong cuộc đều bị ảnh hưởng. Tuy nhiên, bạn cần nhớ rằng, trong giai đoạn bạn đang đau khổ, dằn vặt, mất phương hướng thì con bạn cũng thế. Vì vậy, bạn cần tìm cách để sớm vượt qua giai đoạn sóng gió, vượt qua chính bản thân mình, những đau khổ, oán giận vợ/chồng cũ để ở bên con,

động viên con. Khi chuẩn bị ly hôn, tôi đã nói chuyện nhiều với con để giúp con chuẩn bị tinh thần và vượt qua nỗi buồn, sự lo lắng khi không có bố ở bên, thu nhập gia đình giảm sút.

Cần lưu ý là con chỉ được nuôi dạy tốt khi bạn có được sự cân bằng trong cuộc sống. Bạn cần xác định, mình có hai nhiệm vụ: vừa là điểm tựa của chính mình, vừa là chỗ dựa của con.

Hãy nghe con trải lòng về những cảm xúc, về nỗi buồn hay về cảm giác ngại khi bạn bè biết chuyện bố mẹ chia tay. Bạn cần nói với con rằng, ly hôn không phải là chấm hết mọi thứ. Đó chẳng qua chỉ là một bước ngoặt không mong muốn. Trên thực tế, có nhiều bạn sống trong hoàn cảnh đó mà vẫn học giỏi, hạnh phúc. Quan trọng nhất là nỗ lực, sự mạnh mẽ của bản thân.

Sống tích cực và hướng cho con lối sống đó

Sau khi đã ổn định lại cuộc sống, bạn cần có thái độ tích cực trong cả công việc, gia đình và các mối quan hệ. Chú ý chăm sóc bản thân, tránh biến mình trở thành người cẩu thả về hình thức hay sinh hoạt quá xa hoa để "trả thù đời". Bạn cần sống khoa học để làm gương cho con, như việc đảm bảo giờ giấc sinh hoạt, tích cực tập thể dục thể thao, lựa chọn các hình thức giải trí lành mạnh… Bạn cần thể hiện việc làm chủ cuộc sống của mình, thích nghi và vươn lên trong mọi hoàn cảnh, tránh dồn những bực tức sang con. Có như vậy mới tránh gây thêm tổn thương cho con.

Bạn nên cho con tham gia các câu lạc bộ, đi chơi với bạn bè hoặc những người mà con yêu mến và bạn thấy tin tưởng. Nhờ vậy con có thể nhanh chóng quên đi chuyện buồn. Nếu suốt ngày ở nhà con dễ bị chìm đắm với những cảm xúc tiêu cực.

Giúp con cảm thấy thoải mái

Trong trường hợp này, sự thoải mái được hiểu rằng con không bị dằn vặt vì cho rằng mình là nguyên nhân gây ra sự chia tay của bố mẹ… Bạn cần động viên, giúp con vượt qua tâm lý buồn chán, ngại với mọi người vì hoàn cảnh của mình. Nếu khi bố mẹ chia tay, con

phải làm nhiều việc hơn, cùng bố (mẹ) cáng đáng việc gia đình hoặc không được chăm sóc đầy đủ, đưa đón đi học như trước nữa thì một số con sẽ thấy chán nản. Vì thế, bạn cần giải thích để con hiểu và chấp nhận hoàn cảnh sống mới cũng như biết giúp đỡ bố/mẹ.

Nên tìm cho con một người mà con có thể chia sẻ những cảm xúc. Người đó có thể là chính bạn hay người thân, bạn bè nào đó mà con tin tưởng. Khuyến khích con tâm sự với thầy cô phụ trách tâm lý học đường ở trường (nếu có), hoặc cho con đến gặp chuyên gia tâm lý, bác sĩ tâm lý. Nếu con cứ giữ mãi trong lòng những cảm xúc tiêu cực thì sẽ ảnh hưởng đến học tập, các mối quan hệ cũng như sự phát triển sau này.

Tạo điều kiện cho "người cũ" được chăm sóc con

Thông thường, quãng thời gian đầu sau khi ly hôn, bạn có xu hướng "cạch mặt", cắt đứt mọi quan hệ với vợ/chồng cũ, nhưng nếu vậy thì con sẽ rất nhớ bố/mẹ. Ngay cả trong trường hợp mà người cũ đã cư xử tệ bạc với bạn và con thì trong sâu thẳm, nhìn chung các con vẫn mong được quan tâm. Vì vậy, bạn cần thống nhất về lịch để con được gặp bố/mẹ. Nếu bạn không muốn gặp, vẫn có thể có cách như hẹn ở một điểm nào đó để "người cũ" đón và trả con.

Bạn không nên chối bỏ sự quan tâm của chồng (vợ) cũ đối với con vì hai người cùng quan tâm chăm sóc con vẫn tốt hơn là một. Cần tạo điều kiện cho "người cũ" được chăm sóc con, và ngược lại, không chỉ bây giờ mà cả về sau.

66Làm sao để nuôi dạy con tốt khi vợ chồng tôi ly hôn?

Ly hôn là điều không ai mong muốn. Mức độ ảnh hưởng của nó đối với quá trình nuôi dạy con phụ thuộc vào thái độ và cách cư xử của bạn. Để nuôi dạy con tốt, bạn cần giúp con vượt qua cú sốc này, tạo điều kiện cho con được sự chăm sóc của cả bố mẹ. Đồng thời, bạn cần chú ý thêm một số vấn đề sau:

Có kinh tế đảm bảo

Trong nhiều trường hợp, khi chia tay, kinh tế khó khăn, sức ép nặng nề về nhiều mặt đổ dồn, khiến bạn cáu kỉnh, con phải chuyển trường đến nơi có học phí thấp hơn... Bạn cần tính toán thu chi sao cho bảo đảm cuộc sống của mình và con. Có thể bạn sẽ phải đi làm thêm, nhưng luôn cần để mắt đến con, đừng vì mải kiếm tiền mà lơ là con. Con cái phát triển tốt chính là cái đích cuối cùng khiến ta cảm thấy hạnh phúc. Tiền bạc cũng chỉ là một phương tiện để con có cuộc sống tốt đẹp hơn.

Bạn cần yêu cầu chồng/vợ cũ thực hiện nghĩa vụ chu cấp cho con theo quyết định của toà án. Nếu vợ/chồng cũ không thực hiện và điều kiện kinh tế bản thân khó khăn, bạn nên đề nghị pháp luật can thiệp, buộc họ phải thực hiện.

Không nghiêm trọng hóa chuyện chia tay

Hãy giữ tâm thế thanh thản, coi mọi thứ là chuyện bình thường, như khi ”người kia” đi vắng để có thể nuôi dạy con với tâm lý thoải mái nhất. Đơn giản, bạn hãy sống làm sao cho an nhiên nhất, chăm sóc con với tâm thế thoải mái, không áp lực vì mình là cha (mẹ) đơn thân, không vì thương xót con quá mà có cách cư xử khác biệt. Nhiều người luôn dằn vặt vì cho rằng mình có lỗi khi đã không cho con được sống trong một gia đình đầy đủ. Họ muốn bù đắp cho con

dẫn đến thành nuông chiều, quan tâm, bao bọc quá hoặc bản thân suy sụp vì chính sức ép do mình tạo ra. Điều này không hề tốt cho sự trưởng thành của con. Thay vào đó, bạn nên nghĩ rằng, trên thực tế, không ít những đứa trẻ sinh ra và lớn lên trong gia đình khuyết thiếu vẫn thành đạt, hạnh phúc. Quan trọng là thái độ và cách chăm sóc, nuôi dạy con của bạn.

Sống vui vẻ, hạnh phúc

Có câu nói rằng "người mẹ tốt là người mẹ hạnh phúc". Để nuôi dạy con tốt, bạn cần vừa quan tâm đến con, vừa biết quan tâm đến bản thân mình. Khi bạn vui vẻ, khỏe mạnh, có công việc tốt thì sẽ khiến con không phải chịu cảnh bố (mẹ) "giận cá chém thớt" – điều rất dễ gặp ở những người cha (mẹ) đơn thân. Với một tâm thế tốt bạn sẽ nuôi dạy con một cách hiệu quả hơn.

Hãy đọc, học tập mọi người, nhất là những ông bố/bà mẹ đơn thân như bạn cách vượt qua khó khăn, để có được cuộc sống hạnh phúc thì đến một ngày, mọi khổ đau sẽ qua, nụ cười sẽ đến bên bạn.

Luôn để ý đến con

Mặc dù vượt qua được giai đoạn khó khăn của những ngày đầu ly hôn thì bạn vẫn phải luôn để ý đến con vì độ tuổi này tâm lý con thay đổi nhiều "sáng nắng chiều mưa", dễ bị tác động bởi các yếu tố bên ngoài và sự thay đổi bên trong cơ thể mình. Đặc biệt, bạn nên chú ý ở những thời điểm bước ngoặt của con như: có/chia tay người yêu, thi chuyển cấp…

Nói chung, khi ly hôn tức là con đã bị giảm đi một nguồn quan tâm đáng kể từ bố hoặc mẹ - người mà con không ở cùng. Vì thế, bạn cần để ý con hơn. Khi con gặp những vấn đề quan trọng mà mình bạn khó giải quyết tốt, cần mạnh dạn đề nghị chồng/vợ cũ tham gia. Điều này hiệu quả khá rõ trong trường hợp con vẫn còn yêu quý, tôn trọng bố/mẹ và "người cũ" của bạn vẫn có trách nhiệm với con.

Bạn có thể tham gia các câu lạc bộ/nhóm có uy tín của các ông bố/bà mẹ đơn thân hoặc các tổ chức xã hội có uy tín quan tâm đến

các trường hợp như bạn để học hỏi hoặc được hỗ trợ các điều kiện cần thiết.

67Sau khi ly hôn, con sống với tôi và cháu rất giận bố. Tôi phải làm gì trong trường hợp này?

Khi cha mẹ chia tay, mới đầu Minh Đức cũng rất giận bố. Tôi biết điều đó không tốt cho sự phát triển của con. Vì vậy, tôi đã sớm tiến hành và kiên trì bằng nhiều cách để xóa bỏ ấn tượng xấu đó trong con.

Giữ hình ảnh bố trong mắt con

Khi rơi vào hoàn cảnh này, bạn không nên trách cứ, nói xấu chồng cũ, tỏ ra đau khổ, nhất là trước mặt con. Bởi nếu làm như vậy đồng nghĩa với việc bạn đã reo rắc vào con nỗi tức giận đối với bố. Con có thể sẽ nghĩ rằng, bố là nguyên nhân khiến cho hai mẹ con phải khổ. Mặc dù, trên thực tế, đó có thể là lý do thực sự, nhưng nếu muốn tốt cho con thì bạn phải nén lòng lại. Nếu con hỏi lý do, chỉ cần nói rằng do bố mẹ không hợp nhau nên chia tay là cách tốt nhất cho cả hai. Còn nếu con đã biết lý do mà lỗi là thuộc người kia thì bạn cũng không nên xoáy sâu vào điều đó. Hãy giúp con hiểu rằng, mặc dù có lỗi với mẹ nhưng bố vẫn yêu thương con. Bố cũng có nỗi khổ riêng, con nên thông cảm.

Tạo điều kiện tốt cho tình cảm bố con

Thật sai lầm khi bạn ngăn cản chồng cũ gần gũi, quan tâm con. Trong nhiều trường hợp, con cái giận bố (mẹ) vì cho rằng khi chia tay là không còn quan tâm, đoái hoài gì đến con. Không ít trường hợp lý do chính của việc “không quan tâm, đoái hoài” là vợ (chồng) cũ gây khó khăn, không cho gặp con như là một cách trả thù. Đó là hành động mà gây tổn hại, thiệt thòi cho chính con bạn trước tiên. Vì thế, bạn cần nhìn xa hơn, nhìn cho con mà vượt qua chính cảm xúc của mình, tạo điều kiện cho việc duy trì tình cảm cha con.

Không có gì bằng sự chân thành. Khi người đó vẫn yêu thương, quan tâm con thì có thể ban đầu con còn giận, nhưng lâu dần sẽ hiểu ra vấn đề và yêu thương lại bố. Đây là một cách quan trọng để giải quyết vấn đề tâm lý của con bạn.

Ngày đó, tôi vẫn cho Minh Đức thường xuyên được gặp, đi chơi, nhận quà bố tặng. Con vẫn cảm thấy được bố yêu thương. Cảm giác đó dần dần lấn át nỗi buồn bã, tức giận do bố mẹ chia tay.

Còn không may gặp phải trường hợp chồng cũ của bạn thiếu quan tâm đến con thì bạn cần nói chuyện thẳng thắn với anh ta về tình cảm của con, nguy cơ ảnh hưởng đến tình cảm của bố con sau này và sự phát triển bình thường của con, đề nghị anh ta cần quan tâm, có trách nhiệm với con bằng các việc làm cụ thể.

Bố vẫn tốt

Bạn cần cho con thấy những điểm tích cực, nhất là sự yêu thương mà chồng cũ dành cho con. Đây là điều khó, nhất là trong trường hợp họ đã gây cho bạn bao tổn thương, đớn đau và vất vả. Nhưng cần nhìn nhận khách quan rằng thù hận và lôi kéo con về phía bạn sẽ không giải quyết được vấn đề gì. Ngược lại, chỉ gây tổn thương hơn cho con mà thôi. Vì mọi chuyện cũng đã rồi, không thay đổi được nên hãy coi đây là cơ hội quý giá để bạn dạy con về lòng vị tha, về cách nhìn nhận sự việc một cách khách quan, sự cảm thông và chia sẻ. Như vậy, sẽ có thể giảm bớt hoặc xóa bỏ được mặc cảm trong lòng con đối với bố.

Mỗi lần sau khi bố cháu đã về, tôi nói: bố vẫn đến thăm, cho con đi chơi và vẫn yêu thương con đấy. Đồng thời, tôi chỉ cho con thấy những điểm tốt trong tính cách của bố. Nên sau này, khi chúng tôi quay lại với nhau, con vẫn yêu quý bố, tình cảm vẫn “như chưa hề có cuộc chia ly”.

68Tôi nên làm gì để duy trì tình cảm cha con trong khi vợ cũ luôn gây khó khăn, không cho tôi có cơ hội để gần con?

Sau các cuộc ly hôn, đa phần là phụ nữ sẽ được quyền nuôi con. Trên thực tế, có những người phụ nữ vì thù hận hoặc muốn đóng sập cánh cửa quá khứ, không muốn gợi lại chuyện cũ mà sau khi chia tay đã không cho con gặp lại chồng cũ. Trong trường hợp này bạn nên:

Nói chuyện thẳng thắn và bình tĩnh với vợ cũ

Mục đích nói chuyện là để cô ấy hiểu rằng việc chia tay là chuyện của người lớn và đã làm ảnh hưởng đến con. Không nên để chuyện đó tiếp tục làm tổn thương đến con. Những lúc này, con càng cần gặp bố để xóa tan cảm giác mình bị bỏ rơi, không còn được bố yêu thương như trước. Nếu vợ cũ không muốn gặp bạn thì có thể chọn giải pháp là hẹn địa điểm để đưa đón con. Ví dụ, bạn có thể đến trường đón con vào thứ Sáu. Bạn hãy nói chuyện để cô ấy hiểu rằng việc gặp con là quyền mà pháp luật đã cho phép.

Nhờ người khác tác động

Nếu nói chuyện với “nữ chính” như phần trên mà không hiệu quả, bạn nên “cầu viện” sự trợ giúp của những người có sức ảnh hưởng, có khả năng tác động như ông bà ngoại, bạn bè thân thiết… nói chuyện để giúp cô ấy hiểu ra vấn đề. Cũng có thể nhờ các cơ quan, tổ chức như Ủy ban nhân dân cấp xã, Ủy ban mặt trận tổ quốc cấp cơ sở, Hội phụ nữ, tổ dân phố, cơ quan/đơn vị nơi vợ cũ công tác… nói chuyện, phân tích để vợ cũ phải cho bạn gặp con.

Nhờ pháp luật can thiệp

Trong trường hợp mọi biện pháp đã áp dụng mà không có hiệu quả, bạn cần nhờ pháp luật can thiệp (báo với công an, cơ quan thi hành án dân sự, tòa án…) để có thể thực hiện được quyền gặp con như trong bản án, quyết định của tòa án về việc ly hôn. Tuy nhiên, đây là biện pháp cuối cùng và ngay cả khi áp dụng thì bạn vẫn nên kết hợp với cả hai biện pháp nêu trên để kiên trì thuyết phục, giúp cho vợ cũ hiểu được vấn đề và hợp tác tốt với bạn.

Nói với con rằng bạn yêu con và muốn gặp con như thế nào

Những lúc gặp con, bạn nên nói chuyện để con hiểu rằng bạn rất yêu và muốn gặp con, tuy nhiên, vì bây giờ điều kiện không cho phép nên bạn không thể làm được điều đó thường xuyên; khi nào lớn lên, con sẽ hiểu. Nếu con đã đủ lớn, bạn có thể khuyến khích con chủ động đến thăm bạn vào thời điểm thích hợp cho cả hai.

Lưu ý là trong lúc chờ kết quả giải quyết việc vợ cũ không cho bạn gặp con, bạn có thể quan tâm con bằng các biện pháp như chat, nhắn tin, gọi điện trực tiếp cho con, nhờ người khác chuyển quà, sách vở… cho con để con vẫn cảm nhận được sự quan tâm của bố.

69Tôi có nên giới thiệu bạn trai (bạn gái) của mình với con không? Tôi nên thông báo với con quyết định tái hôn của mình như thế nào cho con khỏi sốc?

Đối với vấn đề giới thiệu bạn trai (bạn gái) của bạn với con. Trước khi trả lời câu hỏi này, bạn hãy đặt mình vào địa vị con để hiểu tâm lý con hơn. Trong trường hợp bạn đang đơn thân và sống với con, khi đó, thông thường con đã gắn bó với bạn hơn so với các trường hợp gia đình khác, con đã trải qua một cú sốc (nếu khi các bạn chia tay khi con đã có nhận thức phát triển) hoặc mang trong lòng nỗi buồn vì gia đình mình không như gia đình các bạn khác. Vì vậy, nhìn chung con sẽ lo sợ về việc có người chiếm mất tình cảm của bố (mẹ) dành cho mình; sợ người đó chỉ lợi dụng, không yêu thương thực sự và sẽ khiến bố (mẹ) đau khổ; sợ người đó trong tương lai sẽ xen vào cuộc sống của bạn với con và đối xử không tốt với con; mất cơ hội bố mẹ quay lại với nhau, cảm giác oán trách, có lỗi với người còn lại (nếu như người đó đã mất hoặc sự chia tay là lỗi của bạn)... Tóm lại, đó là cảm giác không tích cực. Trong trường hợp này bạn có thể lưu ý, nếu bạn có người yêu thương thực sự thì nên giới thiệu người đó với con vì trước sau con cũng sẽ biết. Nó còn giúp bạn có cơ hội để hiểu được người đó có tốt với con bạn không – đây là điều rất quan trọng nếu bạn muốn tiến tới hôn nhân. Tuy nhiên, bạn cần chú ý đến cách thức thực hiện việc này.

Làm công tác tư tưởng cho con

Bạn cho con thấy không có mối nguy nào cả, không ai chiếm mất chỗ của con trong trái tim bạn. Và bạn cũng cần có người yêu thương, chia sẻ. Hãy cho con hiểu đó là người có thể tin tưởng được, đem lại hạnh phúc cho bạn và cùng bạn chăm sóc con để con có được điều kiện sống tốt hơn.

Cần xóa bỏ những lo lắng của con. Đây là việc quan trọng, quyết định việc bạn có được con ủng hộ hay không. Nếu biết con vẫn có hy vọng bố mẹ quay lại với nhau, hãy nói rằng bạn hiểu suy nghĩ của con, tuy nhiên do không còn tình yêu, không hợp nhau nên điều đó là không thể xảy ra được. Mẹ và bố sẽ tìm thấy người phù hợp, đem lại hạnh phúc cho mình. Như thế là tốt cho cả hai. Cho dù như thế nào thì bố mẹ vẫn luôn yêu thương, quan tâm con.

Để "người ấy" tạo sự tin tưởng nơi con

Không gì bằng chính "người ấy" tạo sự yêu mến, tin tưởng ở con. Bạn cần tạo điều kiện để hai người gặp gỡ nhau, có những hoạt động chung như ăn uống, picnic hoặc làm việc gì đó cùng nhau. Cũng nên hỏi con về cảm nhận đối với người ấy để nắm được tình cảm, suy nghĩ của con. Nếu con hiểu chưa đúng thì bạn có thể giúp con hiểu đúng hơn. Nếu con chưa hiểu, cần tạo thêm cơ hội cho hai bên gần gũi nhau hơn.

Chị bạn tôi – một người mẹ đơn thân, sau thời gian tìm hiểu, chị đã tìm được "ý trung nhân". Bạn trai chị là người tử tế, quan tâm đến con chị từ những việc nhỏ nhất như đưa con đi học, sửa cho con chiếc bàn học bị hỏng, cuối tuần anh còn vào bếp nấu nướng cùng chị để chiêu đãi bọn nhỏ. Những ngày chị ốm, anh đã nghỉ việc đến chăm sóc chị… Và đến một ngày, con gái chị chủ động bảo: "Mẹ lấy bác Trung đi. Con thấy bác ý tốt".

Chọn thời điểm và cách nói phù hợp

Chị Hòa là người mẹ đơn thân. Từ lâu chị đã có anh Duy là bạn trai, nhưng không công bố chính thức. Các con chỉ thấy thỉnh thoảng cuối tuần bác đến chơi một lúc. Vào một buổi tối chủ nhật, chị Hòa mới chính thức thông báo với các con về mối quan hệ của chị với

anh Duy. Minh, cậu con trai lớn học lớp 9, nghe xong sững sờ, bỏ đến nhà ông bà mấy hôm liền.

Đó là biểu hiện chống đối của con. Chị Hòa đã phạm sai lầm vì đã thông báo đột ngột. Chị chủ quan nghĩ rằng, việc thỉnh thoảng anh Duy đến nhà và quan tâm đến bọn trẻ là các con đã yêu quý và hiểu câu chuyện của hai người. Rút kinh nghiệm từ trường hợp trên, chỉ khi bạn thấy tin tưởng vào tình cảm của người đó dành cho mẹ con bạn và khi đã được con quý mến, thân thiết và có ý muốn được gắn bó thì mới nên giới thiệu chính thức. Nếu bạn nói sai thời điểm, khi mọi thứ chưa đủ độ chín thì sẽ gây sự phản kháng hoặc gây tâm lý buồn chán ở con. Hạnh phúc của bạn sẽ không trọn vẹn khi con không ủng hộ. Cần có thêm thời gian để thuyết phục, giúp con hiểu thêm vấn đề.

Ngay cả khi đã được đả thông tư tưởng, đã yêu quý người mới của bố (mẹ) thì khi nghe giới thiệu chính thức, con vẫn có thể bị những xáo trộn trong lòng. Vì vậy, bạn đừng thông báo một cách đột ngột mà cần thực hiện từng bước. Bước đầu là bóng gió hoặc nhờ người khác thân thiết phân tích cho con, thử thăm dò ý của con như thế nào. Rồi sau đó, khi thấy con đã “xuôi xuôi” thì mới nói chính thức. Không nên quát mắng trẻ hoặc tỏ ra lạnh lùng, bỏ mặc khi con không đồng ý hay chống đối.

Nếu bạn muốn thông báo việc chuẩn bị tái hôn, xét về tâm lý của con và cách thức tiến hành có nhiều điểm tương đồng với tình huống giới thiệu người mới của bạn với con. Tuy nhiên, lúc này thì vấn đề sẽ phức tạp hơn vì con thấy có người sẽ chính thức về ở cùng gia đình, thực sự chiếm một vị trí thường xuyên trong nhà. Do đó, bạn cần có sự chuẩn bị tâm lý và cách thức thông báo cho con một cách tinh tế và hợp lý hơn. Trước khi thông báo, cần bảo đảm rằng mối quan hệ giữa người mới của bạn với con là tốt đẹp. Người đó thực sự yêu thương cả bạn và con, mong muốn đến với bạn vì tình yêu, vì chính con người bạn. Con cũng cần tin rằng việc tái hôn sẽ hứa hẹn tương lai hơn. Tốt nhất, bạn và người kia cần làm sao cho chính con cảm thấy yêu quý và thấy hai người nên lấy nhau.

Còn nếu con chưa đủ yêu quý, tin tưởng… mà người đó thực sự yêu thương bạn thì hãy đợi thêm thời gian để con hiểu hoặc khi con đã trưởng thành, ít bị ảnh hưởng tâm lý bởi chuyện này thì hãy kết hôn.

70Tại sao tôi đã thử hết tất cả các phương pháp nuôi dạy con nhưng đều không hiệu quả với cháu? Tôi nên làm thế nào?

Trong quá trình nuôi dạy con, không thể thiếu việc học hỏi các phương pháp, kinh nghiệm của nhiều người. Tuy nhiên, nhiều cha mẹ đã mất nhiều công tìm và học hỏi, áp dụng nhưng kết quả không như ý muốn. Điều đó có thể giải thích bởi những lý do như:

Thứ nhất, chưa hiểu rõ con mình

Bạn nên hiểu con mình về nhiều mặt như tính cách, sở thích, sức khỏe, tình cảm… Cần đánh giá điểm mạnh, điểm yếu của con một cách thật khách quan thì mới có thể áp dụng được cách nuôi dạy phù hợp. Nhiều phụ huynh cứ nghĩ rằng mình hiểu con, nhưng có lẽ chưa thật sự là như vậy. Chỉ khi bạn biết được nguyên nhân dẫn đến các biểu hiện của con hoặc đoán trước được các diễn biến của con đối với các sự việc phức tạp… thì mới có thể nói là hiểu con. Mọi phương pháp giáo dục dù tốt đến mấy thì cũng phải phù hợp với trình độ, khả năng, đặc điểm… của đối tượng được giáo dục (trong trường hợp này là con của bạn).

Minh Đức là đứa trẻ thông minh, nhạy cảm, hiếu động vì vậy, mọi quy định của tôi con đều có thể tìm cách “bẻ khóa” được để tiếp tục các trò nghịch ngợm, lối sống tự do của mình. Nhưng tôi cũng hiểu con là đứa trẻ rất yêu thương mẹ và mọi người, rất giàu lòng nhân ái. Do đó, thay vì việc bắt chước, dạy con theo kiểu Mỹ, Nhật hay Trung Quốc… tôi chỉ học những điểm phù hợp của các phương pháp giáo dục trên, rồi tập trung dạy con về những giá trị đạo đức tốt đẹp. Khi biết phải làm gì không để bố mẹ, cô giáo phiền lòng, biết thương các bạn yếu thế thì con đã đỡ nghịch ngợm hơn hẳn.

Điều đó còn tác động vào ý thức của con về học tập, về tương lai khiến con tiến bộ hơn trước.

Thứ hai, chưa hiểu rõ bản thân mình và phương pháp bạn đang thực hiện

Bạn cũng nên xem lại mình, liệu mình có đang kỳ vọng quá vào con không? Bạn có nôn nóng quá không vì cái gì cũng phải mất thời gian và dựa trên cơ sở tính cách, đặc trưng riêng của con. Bạn không thể thay đổi một teen từ chỗ ngoan ngoãn, hiền lành, thành một teen suốt ngày chạy nhảy, nghịch ngợm và ngược lại…

Nên đánh giá lại cách giáo dục con của mình. Điểm nào được, điểm nào chưa được? Nhiều khi, bạn không cần phải áp dụng cái mới mà chỉ cần điều chỉnh một chút phương pháp bạn đang dùng đã đem lại hiệu quả tốt rồi. Để làm được điều này, bạn phải tự đánh giá thật khách quan. Nếu tự làm mà khó thì bạn có thể nhờ những người thân thiết, hiểu bạn giúp làm việc đó.

Thứ ba, chưa hiểu đúng, đầy đủ, toàn diện nội dung của phương pháp định áp dụng

Bạn cần hiểu rõ bối cảnh áp dụng của từng phương pháp nuôi dạy con cụ thể. Nó có gì khác hay tương đồng so với điều kiện của Việt Nam nói chung và gia đình bạn nói riêng? Ví dụ, nếu bạn định áp dụng phương pháp dạy con của người Do Thái, bạn nên biết rằng đó là một dân tộc mà ý chí, khát vọng làm giàu của họ rất lớn, được hình thành và bồi đắp qua nhiều thế hệ. Đất nước họ phát triển. Họ chú ý dạy con việc kiếm tiền từ bé. Qua đó, hình thành ở con một lối sống độc lập. Còn Việt Nam là một dân tộc duy tình. Nếu áp dụng cho con đi ra ngoài đường kiếm tiền từ cấp I, bạn sẽ có thể gặp phải cản trở từ gia đình, nhất là từ ông bà. Thay vào đó, mọi người sẽ yên tâm nếu con được giáo dục theo lối “con ngoan trò giỏi”. Tôi cũng áp dụng cách thức người Do Thái dạy con biết tự lập, kiếm tiền, nhưng vẫn phải lựa sao cho thật khéo léo, đả thông tư tưởng cho mọi người trong gia đình và không áp dụng một cách rập khuôn theo họ.

Trong một ví dụ khác, bạn có thể ngưỡng mộ một người mẹ mà bạn biết có cách dạy con rất bài bản và con họ đã rất trưởng thành sau này. Rồi đến khi bạn áp dụng, thì thấy hiệu quả không như ý muốn. Bạn đâu biết rằng, mấu chốt ở đây, là bà mẹ đó có hoàn cảnh đặc biệt, không may mắn và đó chính là động lực tạo nên quyết tâm mạnh mẽ để nuôi dạy con. Còn bạn, có thể do hoàn cảnh đầy đủ, cuộc sống êm đềm từ bé đã không tạo ra cho bạn một động lực tương tự như các bà mẹ đó.

Để hiểu về phương pháp định áp dụng, bạn cần trả lời những câu hỏi sau:

– Phương pháp đó có ưu điểm, nhược điểm gì?

– Nguyên nhân, lý do, cơ sở của phương pháp (bao gồm cả đặc điểm về lịch sử, kinh tế, bối cảnh)?

– Nên áp dụng khía cạnh, nội dung gì và mức độ ra sao? (để trả lời được câu hỏi này, cần đối chiếu với đặc điểm của con, bố mẹ, gia đình, điều kiện kinh tế, văn hóa, giáo dục…)

Thứ tư, thiếu sự kiên trì và sáng tạo

Trong quá trình áp dụng một phương pháp nuôi dạy con nào đó, bạn phải chú ý về nội dung và mức độ vận dụng. Đó là quá trình đòi hỏi sự kiên trì và sáng tạo. Trên cơ sở những kiến thức, kinh nghiệm mà mọi người đưa ra, bạn cần lên một lộ trình thực hiện phù hợp với con, điều kiện của mình và gia đình như về thời gian, sức khỏe… Tuyệt đối không được áp dụng một cách máy móc, cứng nhắc.

Việc học hỏi kinh nghiệm nuôi dạy con thành công của những người khác cũng cần được xem xét cụ thể. Họ đã áp dụng thành công đối với con họ, nhưng có điểm đáng chú ý là, con họ và con bạn ngay từ khi mới sinh ra đã có rất nhiều điểm khác nhau và bạn cũng khác nhiều so với người mẹ đó. Vì vậy, bạn nên học hỏi những điều hay và vận dụng sáng tạo sao cho thật phù hợp. Khi sáng tạo thì thậm chí bạn có thể nuôi dạy con thành công hơn họ.

Rất cần sự quyết tâm, kiên trì để học hỏi, tránh trường hợp đổ lỗi cho hoàn cảnh, “ôi giời, chị ấy có điều kiện nên mới làm được thế” hoặc là “khó lắm, làm sao nổi”. Đúng là mỗi người một khác, nhưng người trong cuộc hẳn là cũng có nhiều khó khăn, họ làm được thì bạn cũng có thể làm được. Chỉ có điều, bạn có đủ thực sự quyết tâm đi đến tận cùng vấn đề hay không hay là bỏ cuộc sớm, lại tiếp tục đi tìm một tấm gương, một phương pháp khác và rồi lại tiếp tục vòng xoáy không có điểm dừng.

Một điểm đáng chú ý khác là có nhiều trường hợp áp dụng phương pháp nuôi dạy con không hiệu quả do bố mẹ quá nghiêm khắc khiến con chống đối, không hợp tác. Bạn cần nghiêm khắc nhưng không hà khắc, nhất quán nhưng không cứng nhắc. Các phương pháp này có thể điều chỉnh trên thực tế cho phù hợp tình hình. Phải kiên trì nhưng cũng cần linh hoạt áp dụng cho từng biện pháp cụ thể.

Khi làm theo những lời khuyên trên đây, bạn sẽ học hỏi được nhiều từ mọi người và sẽ hình thành một cách thức giáo dục riêng, phù hợp với con bạn và hoàn cảnh gia đình. Đó chính là mục đích cuối cùng của quá trình học hỏi về phương pháp nuôi dạy con. Chúc các bạn thành công!
